

# ليلة النيل





Firmo Lift Lotion فيرموليفت



تقدم لك علاجها  
الشهير في هذه الزجاجة الصغيرة  
لعلاج تجاعيد وجهك  
وجفاف بشرتك

من ابتكار

*Elizabeth Arden* اليزابيث آردن

ولاي استعمال اتصلي بمندوبة اليزابيث آردن بصالون آردن  
بالقاهرة ٢١١ عمارة الايموبيليا تليفون ٤٧٧٩١ - ٧٧٠٧٢  
والتي يسرها ان ترحب بك دائما وان تضع خبرتها في خدمتك

#### تباع في المحلات الآتية

بالاسكندرية :	بالقاهرة :	بمصر الجديدة	بالسويس :	بالاسماعيلية :
محلات شالون	محلات شالون	اجزاخانة نورنون	اجزاخانة جانيس	اجزاخانة انترناسيونال
محلات هانو	محلات سوكرات	بارفيمري ايرين	باسوان :	
لاز دي لاكوافير	بارفيمري فريال	بيود سعيد :	بالمنصورة :	ماجلا فرياليس
( سوكرات وشركاه )	٢٧ شارع سليمان باشا	محلات سيمون ارزت	مخازن ادوية الحرية	( فوكو ستورز )

# هذه الثورة

لم يحمل ضباطنا وجنودنا رقابهم على أكفهم فى ثورتهم الرائعة ليثبتوا فسادا استشرى فى الارض عشرات السنين ، بل قام هؤلاء الابطال اليامين بحركتهم المباركة ليفصلوا بين عهدين ، وليردوا الروح الى المواطنين فقد عاش المصريون ردحا من الزمن عبيدا فى الارض ، وعاشت قلة فارغة القلب والعقل على جهد وعرق هؤلاء العبيد ...

ثم جاء الجيش لا ليصنع انقلابا عسكريا بل ليخلق انقلابا فى الافكار والشعور ، فيقرب أنصاف الآلهة الى العبيد ، ويرفع العبيد الى مرتبة المواطنين الاحرار ، وكان فى مقدمة ما طالب به والى فى تنفيذه تحديد الملكية الزراعية حتى يملك الفلاح راعى الارض جزءا من الارض ، فيحب وطنه ويؤمن بحريته ، ويعرف أن له فى هذا البلد مكانا الى جانب الفارغين التافهين الذين حرموه هذا المكان عشرات السنين

ولا أدري بالضبط - وأنا أكتب هذه الكلمة - المدى الذى عنده تحدد الملكية الزراعية ، فتلك قضية سيجن من تحقيقها أولئك الذين عاشوا على عرق الآخرين ونصبهم وفقرهم ، ولكن الجيش مصمم على أن تكون ثورته مباركة تنتزع الفساد والمفسدين ، وترفع معنوية الشعب بتقريب الطبقات الى بعضها وتحقيق المساواة والعدالة بعد غيبتهما عن وادى النيل أجيالا متصلة .

هذه هى الثورة الإصلاحية التى كنا نرجوها ودعونا لها هنا وفى كل صحيفة سيارة ، فاتهمونا بأشنع التهم ، ووضعنا المفسدون فى القوائم السوداء حتى اذا انزاح الكابوس تنفس الاحرار الصعداء ، وإبتسمت الارض وازدهرت حين أحست انه سيكون لخدامها الاصليين نصيب موفور فى خيراتها وثمراتها وهى الارض الطيبة التى صنع منها الفلاحون أعرق الحضارات وأعظم المدنات .

سبحه



## بين عهدين

الحق ، والفئة الثانية التي عينته هي التي جاوزت الحق لأنها سارت بذلك في مواكب النفاق ، وهذه الفئة يجب أن تعزل من مناصبها حتى يبقى للقضاء مكانه وتحفظ عليه حرمة ... ثم قس على هذا الملل عشرات الامثلة ، يجب أن يعزل المؤرخون الذين دنسوا في التاريخ ، يجب أن يعزل الضباط الذين نافقوا من أجل الملك ، وهكذا حتى تبدأ مص حياتها من جديد سليمة من التدليس والنفاق .

مضت سنتان ، قدر لي فيهما أن أختلف الى أوروبا ، ساعيا وراء بحث علمي أو مشتركاً في مجمع تاريخي ، وكنت أخجل بين آن وآخر من هذه الاحاديث التي تدور عن «ملكنة» في هذه الجامعات والمحافل ، وحتى العلماء والكهول والشيوخ كانوا يشتركون في التندر بمبادل الملك السابق ، وكان الادب يمتنعهم من التساؤل عن معدن الشعب المصري الذي يرضى أن يسومه العذاب ويفسد سمعته ويسئ تاريخه ملك لم يتجاوز الثلاثين من عمره ، لا سلاح له من علم أو نباهة أو ذكاء ؟! ...

وفجأة وأنا في باريس ، تطاول عنقي الى السماء ، فقد علم أصدقاؤى الفرنسيون من أى معدن برأ الله هذا الشعب المصري ، حين حمل الراديو أنباء الانقلاب الذي قام به اخواننا وأبنائنا الضباط ، ومشيت في شوارع باريس ونواديبها أقدم نفسي لمن لا يعرفني ، وأحكى النسب الذي يربطني بوادى النيل ، فقد كان ذكر المصري في أواخر يوليوي الماضي شرفاً لا يعلوه شرف ، وحقت العبارة الخالدة لو لم أكن مصرياً لوددت أن أكون مصرياً ...



## موضات باريس

لا شك أن بنت النيل تحتل اليوم أحداث الجد ، أو لعلها تحتل مثل تلك الاحاديث في هذه الايام ، فإن عزول الملك وما نرجوه لبلادنا من خير في عهدها الجديد يجب أن يكون الشغل الشاغل لجميع المواطنين .

ولكن أحب أن أنتقل الى عالم الموضة ، وهو عالم لا يمكن أن تغتلبه أحداث الدنيا مهما تجل ، فأذكر أن موضه باريس في صيف هذا العام لا تكلف الاثنى الا بضعة قروش ، فالفساتين والتايورات وما اليها من القطن الرخيص ، وقلما يعثر الانسان على سيدة تلبس حريراً طبيعياً أو حريراً المولسلي .

وقد أدهشني حين عدت الى القاهرة ، والقاهرة تأخذ عن موضات باريس في الوقت الذي تعرفها باريس ، أدهشني أن هذه الموضة الرخيصة المواتية ليس لها في حياة سيداتنا الجميلات الرشيمات نصيب ، ويظهر أن التراء الذي تعيش فيه سيداتنا - ومعظمهن فقيرات - لا ترضى كبرياؤه أن تدخل سيداتنا في القطن ولو كانت موضاته من باريس !!؟

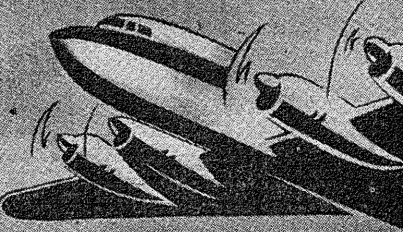


وعدت الى مصر ، وكان معي محسوب على الملك فاروق ، لم أنم الليلة في الطائرة من قصص السوء التي كان يقصها عن سيده السابق ، وأخذت حين بلغت القاهرة أنصسفح الجرائد التي وقفت حياتي على تاريخها ورواية مفاخرها ، فعجبت كيف يكتب المؤرخ بعد سبعين أو ثمانين سنة سيرة هذه الصحف التي كانت تحدثنا عن «السدة الملكية» و «مولانا حفظه الله» في خشوع العبيد وصفار الصغار ، فانقلبت بعد يوم وليلة تسبه وتلعن من غير حساب ، وهي مسئولة عن بعض مفاسده بما نزلت عند رغباته من الكذب والنفاق وخلع الصفات عليه وهي صفات لا تقال الا في الله سبحانه وتعالى .

وعجبت حين قرأت الصحف فاذا بي أرى الملك السابق يعزل في كل يوم من وقف أو وقفين ، والذين عزلوه قضاة والذين عينوه قضاة ، ولا بد من أن احدي الفئتين قد جاوزت



# لا تترددوا .. ولا تتأخروا اشحنوا بضائعكم على طائرات شركة مصر للطيران



## سياسة التحرير

شاهدت في باريس فيلما عنوانه « ليالى باريس » وأعود بالله من ليالى باريس فما رأيت في حياتي فيلما خرج على الآداب مثل هذا الفيلم ، وعجبت أن القوم في باريس لم يقبلوا على هذا الفيلم ، لا لانهم يكرهون أن يخدش الفيلم حياتهم بل لان الفيلم خال من الموضوع .

وسمعت منذ أيام أن المسئولين صادروا فيلما في القاهرة لان في بعض مناظره خروجاً على التقاليد ، والتقاليد كلمة مطاطة تظلم في بعض الاحايين ، وقال الرواة أن الفيلم سقط فلم يقبل عليه أحد ، فلما صادرت السلطات المختصة أصبح جميع الناس في شوق الى رؤيته ، فكانت مصادرتها غلطة ، لان فيها دعاية للفيلم تعينه وترفعه حين يأتي قوم آخرون ولا يرون بأساً على التقاليد اذا شاهده المصريون ...



## كانت سيده

احب أن أسجل للتاريخ أن اول من حمل على الفساد ودفع الرجال الى مناقشة الحساب ، كانت السيدة درية شفيق ، حين حملت الى جريدة المصرى حديثاً لرئيس ديوان المحاسبة الذى استقال نتيجة استغلال أحد رجال القصر نفوذه ونال شيئاً يشبه الرشوة ... وكانت ضجة في البرلمان ، أقبل بعدها نحو عشرة شبوخ من مجلسهم الموقر ...

ليس من العدل أن يقيم لمطالب المرأة وزناً ، وهامى ذى تثبت ولاها وفاءها للبلاد ؟

ابراهيم عيسى

خطوط

بين

القاهرة

الاسكندرية

بورسعيد

وبالعكس

بأقل

الأسعار

القاهرة - الاسكندرية  
سعر الكيلو ١٥ مليماً

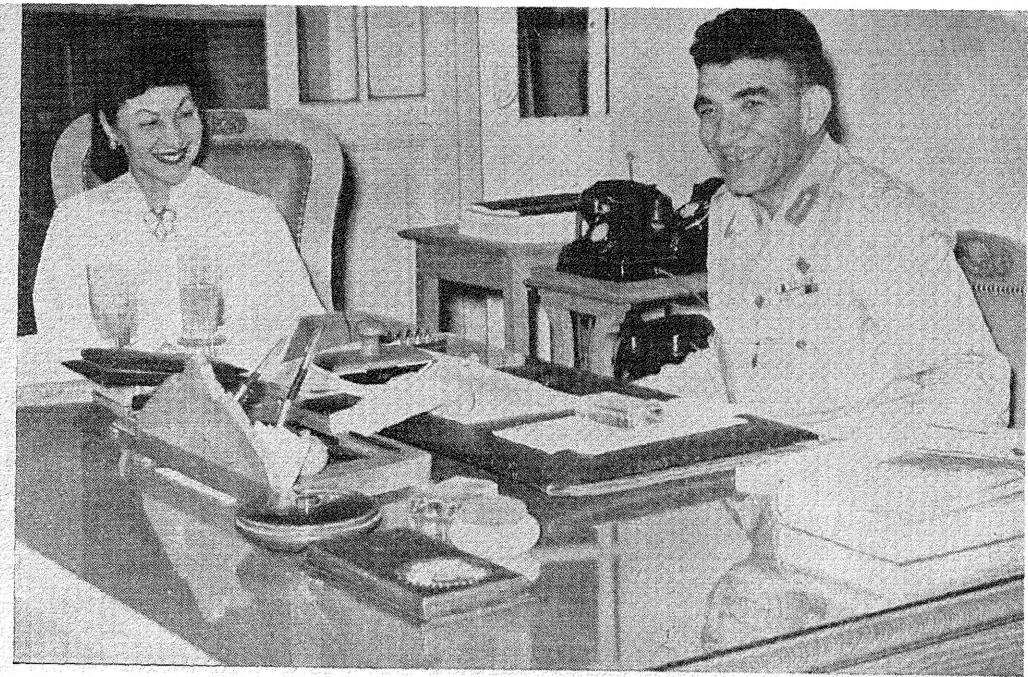
القاهرة - بورسعيد  
سعر الكيلو ١٥ مليماً

بورسعيد - الاسكندرية  
سعر الكيلو ٥٠ مليماً

بارادى مكانيك الشركة

القاهرة : سيات الاول ٤٧٥٥٦ ٤٧٧٣٥ ٥٦٩٢٩  
الاسكندرية : سيات سبوت ٥٧٧٨  
بورسعيد : سيات فواد الاول ٢٨٧٠

١٩٧٥



## بنت النيل

# في زيارة القائد العام

ترسف فيها المرأة المصرية  
الحقوق السياسية ؟  
فرد اللواء محمد نجيب بحماسته  
المروفة :

ان كل ما فيه الخير سيتم .  
واعتقد انه من المناسب حاليا تعديل  
قانون التجنيد بحيث يسمح للمرأة  
بدخول الجيش . فلنساء أدوار  
مهمة في الحرب ... كحراسه  
الرافق العامة والدفاع الجوي وقيادة  
الفرمان والاعمال الإدارية والتدريب  
الخ ...

### الشعب يريد الإصلاح

س - ألا ترون ان السبيل الى  
الإصلاح ووضع برنامج مفصل  
مدروس يهدف الى رفع مصر الى  
مستوى الأمم المتحضرة ؟  
ج - هذا شيء لا يمكن ان يتنازع  
فيه أثنان . ولكن وضع البرنامج  
من شأن الحكومة وإذا عن لنا شيء  
هشوف نتقدم به لجهة الاختصاص

### ... ويريد التطهير

س - طلب الجيش في بياناته  
ان تطهير الاحزاب نفسها بنفسها  
فما المقصود بهذا التطهير ؟  
ج - المقصود ان يتداول رجال  
الاحزاب فيما بينهم وان يمسحوا  
العناصر التي اسهمت في الفساد أو  
ساعدت على انتشاره وإذا لم تتم  
الاحزاب بهذه المهمة فالايام كئيبة  
بالقيام بالتطهير المنشود

وأنصرفت الدكتورة وقلبها مملوء  
بالأمل بعد ان طال بها الغناء ...  
لقد أيقنت ان العهد الجديد هو  
عهد المساواة والحرية للمصريين  
جميعا رجالا ونساء .

العهد البائد وفي تلك الفترة  
الحرجه من تاريخ مصر حينما  
كنا نجاهد ضد الانجليز في  
القتال . وكانت الدكتورة قد  
بحثت واستقصت في بحثها  
حتى وصلت الى الرجل  
النظيف محمد نجيب  
لاستشارته في أمر كتيبة  
بنت النيل وكان رايه هو  
الراى الذى اخذ به الاتحاد .

### حديثه مع بنت النيل

ان رئيسة اتحاد بنت  
النيل صحفية الى جانب كونها  
زعيمة نسائية وقد غلبتها  
هذه الطبيعة لدى مقابلتها  
لمحرر مصر فوجهت اليه  
اسئلة تهم الراى العام رجالا  
ونساء .

### قانون التجنيد والمرأة

سالت الدكتورة :  
لقد حظيتم قيود الطفان فهلا  
شمل ذلك تطعيم القيود التى

ورجاله الاسود الكواسر .  
ولم يستطع صوت واحد ان  
يرتفع ضد الحركة الميمونة .  
وكانت « بنت النيل » ممثلة  
فى شخص الدكتورة درية  
شفيق فى مقدمه المهللين  
المكبرين .

### بنت النيل فى زيارة القائد العام

وما ان انتهت الايام الاولى  
للحركة ، تلك الايام التى لم  
يذق فيها بطل مصر طعم  
النوم حتى حدد للدكتورة  
درية شفيق موعد لمقابلة  
اللواء محمد نجيب بمقر  
القيادة العامة للقوات  
المسلحة .

ولم تكن هذه المقابلة هى  
الاولى بين اللواء محمد نجيب  
ورئيسة اتحاد بنت النيل  
بل سبقتها مقابلة أخرى فى

### وثبة مباركة

من كان يصدق !!! نعم  
من كان يصدق ان مصر  
سوف تشب هذه الوثبة  
المباركة . وانها سوف تطيح  
برأس الفساد والاذناب  
الذين ملأوا البلاد شرا ...  
لقد قامت مصر قومة رجل  
واحد ممثلة فى شخص اللواء  
محمد نجيب وأزاحت  
عن صدرها ثيابوسا ثقلا  
طالما انت منه .

لقد أفلحت بطريقتهما  
الفذة : طريقة السلام ،  
طريقة القوى الذى يحرف  
قدر نفسه وقدر عدوه ان  
تغير الحال الى حال آخر دون  
اراقة قطرة واحدة من الدماء .

الدنيا تهلل لمحمد نجيب  
وهللت الدنيا وكبرت  
لبطل مصر اللواء محمد نجيب

# أيفا بيرون

ماتت أيفا بيرون أو أيفتا كما كان يسميها  
الشعب الأرجنتيني .. ماتت وتركت  
وراءها ذكرى عطرة تحتل ملايين القلوب ..

كانت نائبة لرئيس جمهورية الأرجنتين  
الجنرال جوان بيرون زوجها ... والواقع  
أنها لم تكن زوجته فقط بل يمكن القول بأنها  
كانت بمثابة الأم والأخت .. ولم تكن كذلك  
بالنسبة له فقط بل بالنسبة لكل أفراد  
شعب الأرجنتين ..

استمعي إليها وهي تقول : « لم يخطر قط على بالي أنه  
سيكون من نصيبي الاشتراك المباشر في جهاد أمتي في  
سبيل العدالة الاجتماعية ... كأمراة ضعيفة لم أتصور أبدا  
أن معضلة الفقراء والاعتياء الخطيرة ستقرع يوما أبواب  
قلبي وستتطلب جهودى الساذجة لادراك حل لها في بلادى »  
ثم استمعي إليها وهي تصف أحداثها في كتابها « غاية  
حياتي » : « أذكر انى كنت أميل في حديثي الى الإلقاء ..  
فكأنى كنت أتوق أن أقول دائما شيئا الى الغير : شيئا  
عظيما كنت أشعر بوجوده في أعماق قلبي » ان من يقرأ  
كتاب « غاية حياتي » لايفا ليشعر تمام الشعور بعظمتها  
التي ولدت معها والتي ترعرعت معها وهي تشب بين أعطاف  
الأرجنتينين بلدها التي أحببتها وعملت كل مافي وسعها في  
سبيلها ..

لقد قابلت أيفا رجلها وهذه الخواطر تدور برأسها ..  
قابلته ووجدت تكاملها فيه وكان هو الآخر ينشد انسانية  
تكمله فأقبل عليها بكل جوارحه وجعلها رفيقة لحياته ..  
قالت تصف لقاءها بزوجها :

« لما خففت الحرب الثانية قليلا من تأثير الاستعمار الذي  
كان يحمي الفئة الخاصة المتداخلة في حكم الوطن ،  
قررت فئة من الرجال القيام بالثورة التي كانت ترغب فيها  
الامة ... ومن بين واضعي تلك الحركة كان رجل واحد  
يلج بوجوب التقدم الدائب وشهادته ظهوره ... وكان  
يختلف عن الجميع ... فالباقون ينادون « النار » ويأمرون  
بالتقدم .. وكان هو ينادى « النار ! النار ! » ويتقدم بنفسه  
مندفعا عازما مصمما ثابتا نحو هدف واحد بلا تردد .. وفي  
تلك الساعة شعرت أن صوته وطريقه هما صوتي وطريقي ،  
فوضعت نفسي بجانبه ... وكان ذلك اليوم « يومى  
العظيم » ولحسن الحظ فاز جوان بيرون ، والا لكان خسر  
كل شيء ، حتى حياته .. أما أيفا فقد وفّت بما عاهدته به ..  
قالت تصف ذلك الدور من أدوار حياتها : « كنت أحمل  
المصباح الذي ينير لياليه ، فأشعله بأفضل طريقة أستطيعها  
وأعرفها ، فأحمي ظهره بحبي له وإيماني به » .



هذه صورة مبسطة لايفا بيرون تقدمها لقارئات بنت  
النيل .. وهي صورة غير منمقة أو مزوقة فهي واقعية  
بمعنى الواقع .. رحم الله أيفا ، وعوض الله زوجها والامة  
الأرجنتينية خيرا ...

لقد كانت أيفا بيرون تحس بالآلام الشعب لانها من صميم  
الشعب ولهذا عرفت حينما واتها الفرصة كيف ترضى الشعب  
... كانت أيفا أحب شخصية للعمال ولعل هذا سر نجاحها ..  
لقد تسلمت أيفا راية العدالة الاجتماعية وكان أكثر  
الأرجنتينيين غائضين بلا نهاية في بحر الفاقة والقليلون من  
أصحاب الامتياز كانوا عاثمين يتمتعون بلذات الحياة ...  
ولقد كافحت أيفا كفاحا شديدا في سبيل سعادة المجموع  
حتى انه بعد مضي خمس سنوات من الجهاد الشديد في الحكم  
أصبحت مظاهر الفاقة قليلة بل قربت من التلاشي ..  
لقد قلنا ان أيفا كانت حساسه بل واشد حساسية مما  
نتصور وليس أول على ذلك من هذا الكلمات التي نختتم  
بها هذه الصفحة التي لا تقي مهما قيل بحق أيفا :

« لا تسلم عن هموم الآباء بمرض أحد أبنائهم .. انى  
شاهدتهم يجوبون الشوارع حاملين الابن الغليل ، باحسين  
عن طبيب ، عن صيدلية ، عن مستشفى ، عن أى شيء ..  
فدظفو الاسعاف كانوا لا يجرؤون على دخول أحياء الفقراء ..  
ولقد رأيتهم أيضا يعودون الى آكواهم وعلى أيديهم أبنائهم  
موتى ... ثم يخرجون للبحث من جديد عن تابوت ... لقد  
رأيت كيف تتجمد الدموع في محاجر أعينهم من هول الصدمات  
ولان الاعتياء قد ابتزوا منهم حتى حق البكاء .. »  
خ

# المراة في ظل التشريع الدولي

وضميرا ، وعليهم أن يعامل بعضهم بعضا بروح الاخاء ، وجاء في المادة الثانية منه ولكل انسان جميع الحقوق والحريات المثبتة في هذا الاعلان دون أى تمييز ، لا سيما فى اللون والجنس واللغة والدين » .

وهكذا نص الاعلان صراحة على مساواة المراة بالرجل فى كافة الحقوق هذا هو آخر ما وصل اليه التشريع الدولي فى مساواة المراة بالرجل ، وهو الحلم الذى كانت تتوق اليه كل سيدة فى الجيل الماضى ..

وعلى الرغم من ذلك فانه ما زال يوجد بالعالم نساء كثيرات وتحسن نساء مصر ضمنهن مع الاسف الشديد! - يكافحن فى سبيل تلك المساواة فى الحقوق ويقابلن هجمات المعارضين وحملاتهم بايمان ثابت وعقيدة قوية وعزيمة ماضية لا تلين .. !

ولكن حسب المراة نصرنا انها مثلة اليوم بهيئة الامم المتحدة ، فى الهيئات التى تالفت لدراسة حالة المراة بصفة دولية من كافة النواحي الاقتصادية والاجتماعية والسياسية . وان النساء اللاتى يمثان بلادهن فى تلك الهيئات والمؤسسات الدولية ، ليسعين جهد الطاقة فى سبيل جعل المساواة التامة بين الرجل والمراة حقيقة ملموسة

والان أما آن للدول الموقعة على ذلك الميثاق الدولى أن تنفذ ما التزمت به .. فتجعل من تعهداتها بامام دول العالم حقيقة واقعة بدلا من أن تظل جبرا على ورق ؟ !!

زينب لمي

سما الحرية . من أجل تلك الغايات السامية نادى الجمعية العامة للامم المتحدة بحقوق الانسان ، وقد جاء فى المادة الاولى لهذا الميثاق : «يولد البشر كلهم احرارا متساوين فى الكرامة وفى الحقوق وقد وهبوا عقلا

للعدل والحرية فى العالم اجمع .. ولذا فان شعوب الامم المتحدة قد جاهدت فى الميثاق بايمانها بحقوق الانسان وقدره ، وبالمساواة بين حقوق الرجل وحقوق المراة ... فان فى ذلك تقريراً للرقى الاجتماعى ورفعاً لمستوى الحياة تحت

لا جدال فى أن أغلب التشريعات الحديثة تتجه الان نحو المساواة بين الرجل والمراة .. وذلك بعد جهاد مرير قامت به المراة منذ زمن قديم .. ولقد اتخذت هذه المساواة صورة دولية فى السنوات الاخيرة ، فعندما تكونت هيئة الامم المتحدة، لم يغفل واضعو ميثاقها فى أكتوبر سنة ١٩٤٥ عن التنويه بالمساواة التامة بين الرجل والمراة .. فقد جاء فى الفقرة الثانية من المادة الثالثة عشرة من الميثاق المذكور ما يأتى :

« تنشئ الجمعية العمومية دراسات وتشير بتوصيات بقصد انماء التعاون الدولى فى الميادين الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والتعليمية والصحية والاعانة على تحقيق حقوق الانسان والحريات الاساسية للناس كافة بلا تمييز بينهم فى الجنس أو اللغة أو الدين ولا تفريق بين الرجال والنساء » كما جاء بالمادة الخامسة والخمسين من الميثاق المشار اليه فقرة «ج» :

«تعمل الامم المتحدة على أن يشمع فى العالم احترام حقوق الانسان والحريات الانسانية للجميع بلا تمييز بسبب الجنس أو اللغة أو الدين ، ولا تفريق بين الرجال والنساء ، ومراعاة تلك الحقوق والحريات فعلا »

وفى ديسمبر عام ١٩٤٨ أقرت الجمعية العامة لهيئة الامم بجلستها الثالثة بباريس الاعلان العالمى بحقوق المراة ومساواتها بالرجل حفظا لكرامتهن . كعضو فى الاسرة البشرية، لان ذلك هو الاساس السليم

## أناية الرجال

عجبا لكم ايها الرجال ! ..

تطالبون المراة بكل واجباتها .. وتضنون عليها بعض حقوقها ! ..

قلت لصاحبي ، وهو يحاورني : انك تحل لنفسك ما تحرمه على زوجتك .. فبينما أراك تقيم حولها الاسوار ، وتحجب عنها نور الحياة ، وتقرض عليها العزلة ، أراك تحل لنفسك كل ما حرمتها عليها ... فانت تريد أن تكون فى كل تصرفاتك وشئونك حرا ، لا تسأل عما تفعل ، ولو تعديت حدود اللياقة ، والكرامة ! ..

فالتفت الى ، وقال متعجبا : أتريدنى أن أترك لها الجبل على الغارب ؟!

قلت : ليس هذا مقصدى .. ولست أدعوك الى شيء من هذا .. انما أنا أطالبك بتطبيق ما تطبقه على زوجك على نفسك .. أما أن تقيدها بالاعلال وتنتقل أنت الى لهوك ومجونك فهذا أمر لا أقرك عليه ! ..

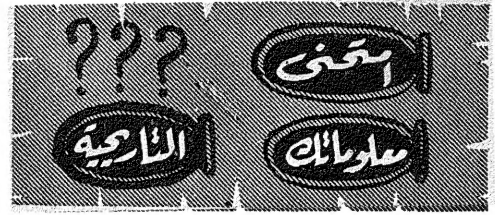
وكيف تصور شعور زوجة يهجرها زوجها حبيسة، بينما لا يضمن على نفسه شيء وهو فى الوقت نفسه يضمن عليها بالمال .. بل ويضمن عليها بعواطفه ! .. انها أناية الرجال ...

ولو أنهم أرادوا أن يعدلوا لفرضوا على أنفسهم أولا ما فرضوه على زوجاتهم ... ولانصرفوا عن لهوهم ومجونهم .. ووجدوا فى البيت متعتهم النفسية ، وهناءهم الروحي ! ..

وهنا تشعر الزوجة أن هناك قلبا يحنو عليها .. ويبادلها الحب الخالص .. ويعيش لها كما يعيش لنفسه ... وبذلك تتحقق السعادة الزوجية التى ننشدها .. يظلم الحب الصادق والاخلاص المتبادل والمودة الاكيدة ! ..

عيسى متولى





(١) ما اسم الواجهة التي تحطم فيها اسطول نابليون في مصر ؟

- أ - أبو قير  
ب - مرسى مطروح  
ج - اشتوم الجميل



(٢) كانت الرحومة من أشهر الإديبات وكانت متزوجة من :

- أ - مصطفى صادق الرافعي  
ب - أنطون الجميل باشا  
ج - جبران خليل جبران



(٣) تولى حكم روسيا في عهد القيصرة امبراطورة عظيمة اسمها :

- أ - ماري فالسكا  
ب - كاترين الثانية  
ج - سونيا



(٤) اصل الاسرة المالكة التي تحكم بريطانيا الان الماني من مقاطعة :

- أ - سكسونيا  
ب - هانوفر  
ج - الروهر



(٥) تتربع على عرش هولندا الان ملكة اسمها :

- أ - جوليانا  
ب - ماريا تريزا  
ج - هيلانه

الإجابة الصحيحة ص ٦٦



## في الزجاجة 'بيلبروف' الدهشة التي لا تنسك

سوف ندمك الراحة التي توفرها لك زجاجة « بيلبروف » ويترك هذا الطلاء الجديد للأنف فلا خوف من السعال الزجاجة لأن تصبها المدهش الجديد ينسكك وفقط بلا كافي لإعادة الزجاجة عندما تغلق الوضعا الطبيعي لئلا تنسكك منها نقطة واحدة وتلوث ثيابك والآنك ستصبح في مكانك مثل « المايكور » لنسكك في المنزل كالمهترفين لأن منى الزجاجة الخاص يخرج آليا السكة المناسبة بالضبط من طلاء الأنف لتغلق ظفرا واحدا بإتقان في كل مرة ان طلاء الأنف « كيوتكش » الجديد يحتوي على الأنيولين النضر اللطيف الذي يدوم أكثر من أى طلاء الأنف آخر ويتأق أكثر منه . اعطي مشاهدا أجل الوالد اللوس التي نسلام أزيائك



# كيوتكش



## ينصمى الطبيب !!

إتقى الجراثيم باستعمال  
ديتول "المطهر المأمون" !

ديتول .. يتمتع بجميع مزايا المطهر العصرى المشائى .. سهل وأمن الاستعمال .. لخصوا على أن تكون لديكم دائما زجاجة ديتول .. بحجرة المريض في حالات الجروح .. والنخوش ... وعلى العموم للحفاظ على الصحة



# ديتول

المطهر العصرى



# فن عمادة بنت الحسن



## الجمال والحمل والولادة

للدكتور محمد شوقي عبد المنعم

ينهم الحمل والولادة كذبا بأفساد الجمال فنجده الحوامل يستخفين أثناء المشي - ولا يخرجن إلا إذا جن الليل - أو يشددن الكورسيهات على بطونهن لاختفاء الحمل أو ستره بينما كان أساطين الفنانين يجدون الجمال في لوحاتهم الفنية برسم الحامل - كرمز للجمال الطاهر - أو البراءة ولعله لا يخفى على أحد ما يحدثه الحمل من ثورة على شكل الجسم عموما عن طريق الهورمونات الجنسية وغير الجنسية المختلفة - التي تنشط فوق عاذتها أثناء الحمل فنجده الوجه يستدير ويمتلئ الثديان - وتحسن صحة الضعيفات عموما خصوصا بعد شهور القيء والوجع الأولى وتحيطهن السعادة والتخيلات اللطيفة في انتظار الحادث السعيد وانتقاء وتفصيل ملابس

المولود وتجهيزاته المختلفة - فإليك بعض الملاحظات والنصائح التي قد تساعدك على الاحتفاظ بجمالك بعد الوضع إن لم تزد جمالا على جماله الحال .  
شرب الماء : لا تزيد عن ٦ - ٨ كوبات من السوائل بما في ذلك اللبن طول اليوم . فان أكثر من ذلك قد يؤدي إلى زيادة الوزن .  
الملابس : البسي ما يكفي لحفظ جسمك دافئا - ولا تجعل الملابس تضغط على أي جزء من جسمك - فإياك والكورسيهات الضيقة - أو الجامدة - أو المقاومة بأصابع خشبية أو حديدية وانتقي « السوتيان » من الصنف الرفع - الذي لا يضغط على الحلبة فيخفسها ويضايقك أثناء الرضاعة - أو يضغط الثدي نفسه فيضعف تكوينه - ومقدرته على تكوين اللبن .

أما الكعب العالي : فانه سيساعد على وقوعك أثناء مشيك وخصوصا في شهورك الأخيرة فيعرضك لضحك المارة عليك إن لم تكوني تخافين الإجهاض .  
الثديان : اغسلي الحلمات صباحا ومساء بماء وصابون - ودلكيها بالكريم إن لزم الامر - ودلكي الحلمات المنخفصة بين السجاية والأصبع الكبير - أو ضعي الشفاطة عليها حتى تخرج - البسي السوتيان بحيث

ضعف  
هزال  
فقرا  
شرب  
دش  
بمرد



يرفع الثدي إلى أعلى - لا تضغطيه للخلف وأسفل - وغيرى السوتيان بمقاييس أكبر كلما تقدم الحمل .  
وأما إن قصرت في هذه النصائح فلا تلمي الا نفسك إن جاء أوان الرضاعة فوجدت ثدييك ضامرين لا يفرزان لبنا كافيا - وزيادة على ذلك تكونين معرضة للتشنجات والالتهابات والخراج .  
خطوط البطن : عندما تكبر البطن والثديان تظهر عليها خطوط حمراء أوداكنة اللون - بسبب تمدد الجلد - وقد تتضيق أو تتخسف الكثيرات من هذه الخطوط ولكن يمكن تلافيها بتنظيم الغذاء المناسب وبتدليك البطن في الشهور الأربعة الأخيرة باستعمال زيت أو

كريم .  
كلف الوجه : تظهر بقع داكنة على الوجه قد تأخذ شكلا خاصا حول الأنف أو الوجات أو الجبهة مما قد يغير لون بشرة الوجه - وسبب هذا الكلف غير معروف حتى الآن تماما ومن الملاحظ أنه يزول من نفسه بعد عدة أسابيع أو أشهر من بعد الوضع .  
الرضاعة : تنهم زورا بأنها تتسبب في تهدل الثديين - ولعل ذلك الاتهام يزول إذا علمنا أن شكل الثدي يتوقف على قوة أنسجته - وعلى نوع السوتيان الرفع أثناء الحمل لا على الرضاعة نفسها - بل الرضاعة تشجع على امتلاء الثديين وتنشيط غددهما - لا على ضعفهما .

## فطام الطفل

لطبيب بنت النيل

مفاجئا وبستحسن أن يكون الفطام في أشهر الشتاء حيث يكون الجو باردا وغالبا في هذا الفصل يتمتع الطفل بصحة جيدة وشهية عظيمة للغذاء وأعصابه لا تكون متوترة كما هي في فصل الصيف .  
ويفضل الطفل الذي تجاوز الشهر السابع من الثدي إلى الفئجان مباشرة أما من هو دون السابعة ففي الفطام يتناول البرازة .  
الفطام من الثدي إلى البرازة يحسن أن تغطي الأم طفلها رضعة أسبوعية بالبرازة

على الام أن ترضع طفلها إلى الحد الذي تسمح به صحتها على أن يستفيد الطفل من لبن أمه فائدة ملحوظة فبعض الامهات لا يتمكن من ارضاع أطفالهن إلا في الشهور الثلاثة الأولى وبعضهن يستمر حتى الشهر التاسع .  
وفطام الطفل خطوة مهمة في حياته ولذلك يجب أن يكون انتقال الطفل من رضاعة الثدي إلى تناول الغذاء بالبرازة أو الملعقة تدريجيا وبلطف لأن الطفل قد يقاوم التغيير إذا كان

# «كنت سعيداً إذ تذكرت 'اسيرو'»



هناك عشرات النساء تذكرن فيها الحاجة ماسة إلى «اسيرو» الزائد... ما أعظم فطما تملك أنت نفسك محتفظاً بـ «اسيرو» في جيبك. إن أسرارك ستكشف ذلك أيضاً علماً من العلم، إذ في هذه الأيام أكثر الهام التي يجدها في دورها المرفوعة ٢٤ ساعة فقط. إن «اسيرو» يخفف سرعان ما يجتمع فيه ذلك من غير أن يضر الأمعاء ولا المعدة. «اسيرو» يلازمها دوماً وفي الضل الذي ينتج عن الإصابة بالبرد بعد الانتهاء من التمارين الرياضية. إنه يجلب راحتاً عاجلة من الصلح ويقيض على ندر البرد المقبل. «اسيرو» ليس له آثار جانبية ضارة... ففى قدرك تناوله مع استراحة في منزلة عملك. ولعلك التهمز إذ أن تحصل على «اسيرو» من الآن.

## «اسيرو» يخفف، «اسيرو» يهدئ ويريح في الحال!

أقدم وافر الشكر العظيم على مفعول أسيرو لأنه كان قد حمل عندي زكام ثم أخذت قرص واحد من الأسيرو—زال الألم في أسرع وقت؟ سهر سهر سيد القاضي بالبرشين أصمت بصداق حاد على إثر أنها ك في الدرس واستحضارها. وقد استسلمت أدرة خلفه ولكنها لم تأت بأي نتيجة وأخيراً عرضت نفسي على طبيب المدرسة فأشار علي باستعمال أقراص أسيرو، المعجبة لما لها من التأثير السحرى وكما كانت دمعتي ودعشة أخواني المدرسين عطية للنتيجة السارة التي ظهرت على إثر تناول أقراصك المنعشة إذ زال عى كل أثر الصداع؟



كنت  
أذنت عاقلاً  
وأجعل «اسيرو»  
يك  
بيت الأيام  
على أديم  
«اسيرو»  
لا يغيب  
المعدة!



«اسيرو»  
كفرغلة  
التهاب الحلق

٢٧ قرصاً ٦ قرصين صاع  
٤ أقراص ١ قرصين صاع

يلعب بفنجان قبل بدء فطامه حتى لا يهابه .  
ويتبع نفس النظام السابق مع استبدال رضعة البزاة برضعة من الفنجان إذا جف لبن الأم قبل انتهاء فطام طفلها فإنه من الأحكم أن تكمل الأم رضاعة طفلها بالبزاة حتى لا تفرض على طفلها شيئاً لم يالفه وقد لا يطيقه إذ يجب على الأم أن تتعاون مع طفلها حتى تجعله يكتسب عادة من العادات .  
**نقص اللبن في الثدي أثناء الفطام**  
ما دام فطام الطفل يتم تدريجياً فإن لبن الأم سيخف تدريجياً كذلك لأن تنبيه غدد الثدي لإفراز اللبن عن طريق الرضاعة سيقول، أما إذا تم فطام الطفل بسرعة فإن لبن الثدي لن يخف بنفس السرعة ولذلك تتبع هذه الطريقة لسرعة جفافه .  
تستعمل الأم مليونيات « شربة سلفات صودا أو مانيزيا » كل يوم ولا تشرب من الماء إلا الكمية التي تمنع عنها العطش، وكذلك تلبس سوتياناً ضيقة ورافعة، ومتى أحست الأم بـالم واحقان في ثديها فلتضع كيساً من الثلج عليهما، أما إذا لم ينفع هذا فعليها استشارة الطبيب في الحال .

« من لبن ثديها أو لبن مخفف أو سوائل مثل اللبمونة وعصير البرتقال » في شهورة الأولى حتى لا تجد صعوبة في إعطائه البزاة عند فطامه .  
وفي الأسبوع الأول للفطام يعطى الطفل في اليوم ثلاث رضعات من الثدي ورضعة واحدة من البزاة وفي الأسبوع الثاني يعطى رضعتان من الثدي ومثلها من البزاة، أما في الأسبوع الثالث فيأخذ الطفل رضعة واحدة من الثدي وثلاث رضعات من البزاة وهكذا يتم فطام الطفل خلال شهر واحد فيكتفى بالبزاة .  
وقد يحدث أن يخف لبن الأم بسرعة وفي هذه الحالة يجب أن يكون الفطام سريعاً فتستبدل رضعة الثدي برضعة البزاة كل يومين بدلاً من كل أسبوع .  
ويجب أن يكون إعطاء اللبن البقري للطفل بإرشاد الطبيب وكثيراً ما ينصح الطبيب بتخفيف هذا اللبن إذا كان لم يسبق له أن أخذ لبناً بقرياً قبل فطامه .  
**الفطام من الثدي إلى الفنجان**  
يسهل على الأم أن تطفم طفلها إلى الفنجان إذا كان الطفل قد اعتاد تناول الماء أو عصير البرتقال في فنجان ويحسن أن تدع الأم طفلها

# الثعلبة

للدكتور يوسف وهبه  
أخصائى الأمراض الجلدية والتناسلية

## أسباب المرض :

الثعلبة مرض غير معروف الأسباب ولكنه غير معدن ويكثر حدوثه فيما بين سن الخامسة والاربعين وقد يصيب كلا الجنسين .  
وهناك بعض النظريات

## تعريف المرض :

الثعلبة مرض يسبب سقوط الشعر على هيئة بقع مستديرة في فروة الرأس وقد تنتشر هذه البقع حتى يصبح أصلع عاماً في الرأس كلها وقد يسبب هذا المرض سقوط الشعر في باقى أجزاء الجسم .

# الاصبع المخرف

للدكتور احمد سعيد خطاب

لا تكون مستوية على الارض بل تكون قريبة من العمودية ولا شك أن ذلك يساعد على «كربسة» الاصابع وضغطها بعضها على بعض بشكل يشوه الشكل الطبيعي لها. كما أن المقدم الضيق المدب يساعد على دفع الاصبع الأكبر في الوضع الخاطئ. وإذا استمر الحال على ذلك ازداد انحراف الاصبع الأكبر وأصبح ثانيا لا يعود الى حالته الطبيعية الا بالعلاج وإذا طالت المدة على هذا الانحراف ، فإنه يحدث نتوء قرني من استمرار تهيج الجلد من احتكاكه بالحاء فيظهر ما يسمى «بالكالو» عند قاعدة الاصبع الأكبر ، كما أن نفس التغيير يحدث في عظم مشط القدم المقابل للاصبع الأكبر ، فينشأ نتوءا عظريا تحت «الكالو» ويصبح هذا الجزء متورما وصلبا وجافا، وإذا لم تعالج هذه الحالة فإنه تحدث التهابات مستمرة بهذه النتوءات ينتج عنها ألم شديد واحمرار في الجلد وأحيانا تتقيح الأنسجة حولها ، والقدم المتسعة غير المدب وإذا بدأت تشعرين بوجود هذا الألم وذلك الانحراف فعليك بلبس حذاء مفتوح ، ووضع قطعة صغيرة من القطن بين الاصبع الأكبر والاصبع الذي يليه ، وعمل تمرين ثلاث مرات يوميا لمدة عشر دقائق كل مرة ، فتمسكين الاصبع بيدك وتحريكه الى الناحية الداخلية عدة مرات أي بعيدا عن الاصبع الثاني الذي يليه. وربما لزم وضع

البقية ص ٦٦

كثيرا ما تشكو آسناتا وسيداتنا من ألم شديد عند قاعدة الاصبع الأكبر للقدم من الجهة الانسية «الداخلية» وأحيانا يصحب هذا الألم تورم واحمرار في هذه المنطقة ، وقد تصل الحالة الى درجة يستحيل معها لبس الحذاء ، وان تدقق النظر الى مثل هذه القدم تلاحظي أن جزءها الامامي أعرض قليلا من القدم العادي ، وأن الاصبع الأكبر منحرف قليلا الى الناحية الخارجية «تجاه الاصبع الثاني» ، ترى ماذا يكون السبب في ذلك ، الحقيقة أن هناك أقدا مهية ، وبها استعداد لهذا الانحراف ، ولكن الذي يساعد ويظهر هذا الاستعداد من الحذاء ذو الكعب المرتفع والمقدمة الضيقة ، المدبة . تعلم جميعا أن الاصبع الأكبر يتحرك على عظم المشط المناظر له بواسطة مفصل موجود عند قاعدة الاصبع ، وان هذا المفصل يسمح للاصبع أن يتحرك في كل اتجاه ، والحاء الضيق يحشر الاصابع حشرا ، ويضغطها بعضها على بعض فالنتيجة أن الاصبع الأكبر يكون دائما مدفوعا الى الخارج تجاه الاصبع الثاني ، فيحدث ذلك شدا مستمرا على الاربطة التي تربط عظام الاصبع ، بعظم المشط المناظر له من الجهة الداخلية وهذا الشد يحدث ألا مستمرا ما لم يعد الاصبع الى وضعه الطبيعي . وما يساعد كثيرا على ذلك وجود الكعب العالي ، فتقلل الجسم كله بدل أن يكون على كعب القدم ، ينتقل الى الامام لان القدم حينذاك

الحالات قليلة . وقد يكون الامل في الشفاء ضعيفا جدا في الحالات التي لم تبد فيها علامات نمو الشعر بعد ٢ شهرا بالرغم من استمرار العلاج .

## العلاج :

١ - من أهم الاسباب التي تساعد على شفاء المرض أن نطمئن المريض أن مرضه لا علاقة له بمرض الزهري اذا رأى الطبيب ان الوهم قد تطرق الى نفس المريض كما بدا من كثير من المرضى .  
٢ - العمل على تحسين حالة المريض الصحية والنفسية وذلك باعطائه المقويات التي تحتوي على الحديد والكيما وكذلك الفيتامينات . أما في حالات الاجهاد العصبي فينصح المريض بأخذ اجازة ليريح فيها أعصابه . مع اعطائه بعض الادوية المهدئة للأعصاب .  
٣ - يجب علاج أو استئصال أي بؤر تعفنية بالجسم بالاسنان أو الجيوب الانفية أو اللوزتين .

٤ - يجب على المريض أن يعرض نفسه على طبيب اختصاصي للعيون لتصحيح أي خطأ في انكسار العين ان وجد وذلك بعمل نظارة طبية مناسبة .

٥ - العمل على تنمية الشعر وذلك بتحسين الدورة الدموية في البقع الصلعاء وذلك باستعمال بعض المواد الكاوية كحامض الكربوليك . أو صبغة اليود المركزة أو باستعمال غسول يحتوى على صبغة الكانثاريديس أو النوشادر القوي .

٦ - قد أثبتت التجارب ان العلاج بواسطة الاشعة فوق البنفسجية من أهم وسائل العلاج تأثيرا في هذا المرض . وتعمل جلسات الاشعة بمعدل جلسة واحدة في الاسبوع .

عن مسببات هذا المرض وهي :  
١ - وجود بؤر تعفنية بالجسم وخصوصا بالاسنان أو اللوزتين أو الجيوب الانفية .

٢ - وجود خطأ في انكسار العين .

٣ - وجود بعض الاضطرابات في الجهاز السمثاوى

٤ - وجود خلل في افرازات الغدد الصماء

وهناك حالات كثيرة ظهر فيها مرض الثعلبية عقب صدمة عصبية أو اجهاد عصبي .

## اعراض المرض :

يسقط الشعر سقوطا مفاجئا كائناء الليل مثلا أو تدريجيا وتكون البقع صلعاء تماما وسطح الجلد ناعما . وقد يكون موقع البقع في أعلى الرأس أو حول حواف فروة الرأس تتسع هذه البقع وتتصل ببعضها فينتشر الصلع في جزء كبير من فروة الرأس .

وعندما يعود الشعر للنمو ثانية قد يكون أبيض اللون في أول الامر ثم يكتسب لونه الطبيعي تدريجيا أما المصابون بهذا المرض المتقدمون في السن فقد يستمر الشعر النامي أبيض اللون للنهية .

وقد تنأثر الرموش والواجب بهذا المرض فيسبب سقوط الشعر بها وفي الحالات الشديدة قد تشوه منظرها .

## سير المرض :

قد يتم الشفاء في بضعة شهور في أغلب حالات المرض العادية . وأما في الحالات الأخرى التي ينتشر فيها المرض فيسبب سقوط الشعر في فروة الرأس كلها أو في باقى أجزاء الجسم . فنسبة الشفاء فيها قليلة جدا . ولحسن الحظ فهذه



## دراسات نادي بنك النيل

يعلن اتحاد بنت النيل عن انشاء دراسات مسائية منظمة ابتداء من أول أكتوبر . يقوم بها مدرسات متخصصات وذلك ابتداء من أول أكتوبر سنة ١٩٥٢ بمقر الاتحاد ٤٨ شارع قصر النيل تليفون ٤٩٦٦٨ و٤٠٦٨٤ وفيما يلي الجدول الاسبوعي لتلك الدراسات :

السبت : طهي وإدارة منزل

الاحد : لغة عربية

الاثنين : خياطة وتطريز

الثلاثاء : لغة فرنسية ولغة انجليزية

الخميس : تمريض وصحة الطفل

الجمعة : نشاط اجتماعي ( رسم وتصوير زيتي ، تمثيلات اجتماعية ، رحلات )

## هل أنت بدينة ؟



**الساعة التاسعة صباحا :**  
خذي عصير ليمونة  
حامضة واحدة في كوب ماء  
يساخن .



**الساعة العاشرة صباحا :**  
تناولي عنقود عنب . انه  
يغذيك دون أن يؤذيك .



**الحادية عشرة صباحا :**  
اشربي عصير برتقالة  
وان لم توجد خذي بدلا منها  
كوبا من عصير الطماطم .



**الواحدة بعد الظهر :**  
تناولي ثمرة كمثرى  
واحدة وثلاثمائة جراما من  
الخوخ .



**الخامسة مساء :**  
اشربي فتجان نعناع  
واعصري عليه نصف ليمونة  
وحليه بالعسل .

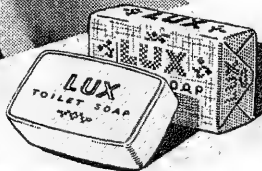
"انني اعتنى ببشرتي  
باستعمال صابون  
لوكس  
للتواليت"

هكذا تقول نجمة متوجولة وبين مايرا الساحرة  
**لوكس**  
بعلية فضيلة - نجمة العتد .

انك جملين ان يكون لك بشرة جميلة  
ناعمة مثل افشاجا ودنو - اشفي بشرتها  
واستعلى صابون لوكس للتواليت

**لوكس**

\* صابون الجمال  
لكواكب السينما



## فكرتي

تسكن أمامي سيدة لا تحترم راحة جيرانها ولا تعترف بحريرتهم فهي تفتح الراديو ابتداء من الساعة السادسة صباحا ولا تغلقه قبل منتصف الليل . وهي لا تنسى طبعاً أن ترفع صوته إلى أن يشق عنان السماء وحاولت أن أعود نفسي على تحمل هذا الصوت المزعج المقلق ولكن ذهبت محاولاتي أدراج الرياح . فحزمت أمري على مقابلتها لارجوها تخفيض صوت جهازها بحيث تسمعه هي وحدها دون جيرانها . ولكن بدلا من أن تبادر إلى الاعتذار مما بدر منها نحوي ونحو جيرانها أهتمتني أنها حرة في بيتها تفعل ما تشاء وأن « إلى مش عاجبه » بتفضل يهول من غير مطرود . ولا كنت لا أجيد فن المشاجرة مع الجيران ، فقد جررت أذيال الفشل وانسحبت دون أن أبس ببنت شفة . ومنذ ذلك اليوم وهي تبالغ في رفع صوت الراديو أمعانا في مضايقتي وتحديا لي . فهل يوجد قانون يحميني من تصرفات هذه السيدة ويبعد أذاها عني ويريح أعصابي من صوت مذياعها ؟

## قنيتها

لا يا سيدتي لا يوجد مع الاسف قانون يحميك من تلك السيدة التي لا تقيم وزنا للحيرة وحقوقها .

خليل صابات

## الزواج .. مشكلة الجيل

اللواتي يجمعن بين العلم والتدبير المنزلي لا يتميزن بما يرغب فيه من جمال . . . فالجمال لا يتنافى اطلاقا مع العلم أو مع معرفة شئون المنزل . . بل ان جمال المرأة ل يبدو في أدوع صوره وهي تمارس وظيفتها المنزلية . . أما بخصوص تقاليدنا التي لم نتحرر منها حتى الان والتي - كما اعتقد - يرجع اليها السبب في قلة اقبال الشباب على الزواج فأمرها عجيب وأرى أن يتعاون فيها الجميع شبانا وشاباتا بل وحكومة فهي تقاليد عتيقة بالية يجب محاربتها بكل شدة .

حقيقة نحن في عصر يوزن فيه كل شيء بميزان المادة . . ولكني أعتقد ان مسألة الزواج بالذات يجب ألا تدخل فيها هذه الاعتبارات المادية بهذا الشكل المثير . ان الرجل يجب أن يكون يميزان الشخصية الانسانية التي يتميز بها . وكذلك المرأة يجب أن ينظر اليها نظرة انسانية خالصة . ان غالبية الزيجات الفاشلة أصلها في الغالب زيجات مادية .

وعلى أي حال فان الناحية المادية من الزواج لا شك في أنها ستختفى في عهدنا الجديد . عهد التحرر من المادة والنظر الى القيم المعنوية التي ظلت عهدا طويلا حبيسة الفساد والزلفى والتقاليد البالية التي عفى عليها الزمن وأصبحت غير ذات موضوع في بلد يقدر المبادئ القوية حق قدرها .

التي تحتم على أهل كل فتاة ائثال كاهل طالب الزواج بالشبكة ثم المهر وما يتبعهما من تكاليف حفلات العرس التي لا بد وأن تكون محوطة بالبذخ ومظاهر الاسراف . . واستطرد بعد ذلك قائلا انه ان عجب لشيء فانما يعجب من أن هؤلاء الاهل قوم مثقفون يفهمون الحياة الحديثة بل ويهاجمون التقاليد القديمة في أحاديثهم ومجمعاتهم . . والواقع ان الشكوى التي يرضج بها قريبي شكوى عامة . . فهي عقدة العقد ومشكلة المشاكل . ان الكثيرات من فتياتنا المثقفات يهملن أمور التدبير المنزلي ويتفرغن لغيرها من أمور الحياة . . ألا فلتعلم كل واحدة من هذا الصنف ان المرأة المتعلمة شيء جميل يسر الدنيا كلها ولكن ليس معنى العلم افعال ما عداها ، وهو شئون المطبخ وإدارة المنزل من تطريز وحياسة الخ وقد آلتني كلمة قريبي التي ذكر فيها ان أكثر

الزواج هو حلم كل شاب وشابة . . . وقد كان على عهد آبائنا وأجدادنا أمرا روتينيا سهلا . . . أما الان فهو أمر له خطورته . . والواقع ان النظرة الى الزواج قد تغيرت لا لسبب الا لان النظرة الى المرأة قد تغيرت ، كانت المرأة عند أسلافنا عبارة عن كائن كل وظيفته انجاب الاولاد والقيام على خدمة الزوج . . . اما الان فالمرأة قد عرفت حقوقها واخذت تمارسها فعلا كما عرف الرجل هذه الحقوق واقر بها .

تحدث الى أحد اقاربي وهو شاب جامعي يشغل الان وظيفة محترمة قائلا انه في حيرة لانه ينوي الزواج ولكنه يشعر بعقبات كثيرة تعترض طريقه . . فقلت له ما هي العقبات التي تعترض طريقك؟ قال ان أولها هي انه حتى الان لم يصادف الا في القليل النادر فتاة مثقفة وفي نفس الوقت تجيد التدبير المنزلي والحياة العائلية وان أكثر اللائي رأهن لا يتميزن بما يرغب فيه من جمال . . وثانيها هي عقبة التقاليد الصارمة

## عيد

بمناسبة حلول عيد الاضحى المبارك تتقدم بنت النيل باطيب التهاني واصدق التمنيات لقاراتها . . وتدعو الله أن يشمل الكنانة وساكنتها برعايته ويكلاهم بعنايته في ظل العهد الجديد ورجاله المخلصين فتعلو راية الحق فوق وبوع الشرق العربي وتسود العدالة الاجتماعية بين أبناء وادي النيل جميعا .

هذا هو استثناء نفسي يجب ان تجيب عليه كل فتاة مقدمة على الزواج . يجب أن تكون الاجابة بمنتهى الدقة والصرامة . فكرى مرتين قبل ان تجيبى على اى سؤال . اعرف نفسك بنفسك .



## وهل أنت فتاة أصلامه؟

- ١ - هل تشعرين بعاطفته خالصة لك ؟
- ٢ - هل تستطيعين مناقشته في الموضوعات الهامة دون ابداء رأيك الشخصى ؟
- ٣ - هل تفهمين كل تصرفاته وأحواله ؟
- ٤ - هل تستطيعين تحمل مضايقات أقاربه وقربائه ؟
- ٥ - هل تستطيعين الاندماج والانسجام في أجوائه وبجالاته؟
- ٦ - هل تحرصين على مسأيرته في كافة آرائه ؟
- ٧ - هل تعينين بتجميل نفسك حين تلقينه ؟
- ٨ - هل تضحين أحيانا في سبيل إرضائه والتقرب اليه ؟
- ٩ - هل تفكرين في أمور المنزل الذى سيجمعكما حينما تتزوجان؟
- ١٠ - هل تفكرين كثيرا في الاستحواذ على بعض الكماليات بعد الزواج ؟

إذا أجبت بنعم على كل الاسئلة فمعنى ذلك أن شخصيتك قد ذابت في شخصيته وفي هذا خطوة قد تؤدي الى بعض الشقاء فيما بعد . ان الاجابة النموذجية لا بد وان يكون فيها اجابتان أو ثلاث ( لا ) ، ولكن بشرط أن تكون هذه ال ( لا ) بعيدة عن كل من السؤال الثالث والخامس والثامن

- ١ - هل تشعران بارتباط كبير في أوقات الشدة وأوقات المرح ؟
- ٢ - هل ينسجم كل منكما مع أقارب الآخر ؟
- ٣ - هل تحرصان على توفير بعض نفودكما أحيانا ؟
- ٤ - هل يشغل خطيبك منصباً يوفر له دخلاً محترماً ؟
- ٥ - هل يحرص كلاكما على صداقة الآخر تمام الحرص ؟
- ٦ - هل أنت مستعدة للانتقال معه الى حيث تستدعيه وظيفته ؟
- ٧ - هل اتفقتما على مستقبل أطفالكما فيما بعد ؟
- ٨ - هل يصرف خطيبك بعض نقوده في أبواب تجهيلتها ؟
- ٩ - هل يصفه أقاربك أو صديقاتك أحيانا بالعصبية ؟
- ١٠ - هل تنتابه الغيرة ان رآك تحادثين غيره ؟

اقلنى على الزواج من خطيبك  
ان كانت اجابتك متفقة مع  
ارشاداتى . وتهتمتى لك مقدما

## هل هو هل أصلامك؟

- ١ - هل ينسجم معك في أوقات الحديث فقط ؟
- ٢ - هل يسألك رأيك في كل مشاكل الحياة ؟
- ٣ - هل يحرص على مجاملتك في كل المناسبات ؟
- ٤ - هل يتحفظ في معاملته لك وأنتما على انفراد ؟
- ٥ - هل يفي بكل وعوده ومواعيده معك ؟
- ٦ - هل يدل اليك بنصائح خاصة بتصرفاتك ؟
- ٧ - هل يستطيع السخريه من نفسه في بعض الاحيان ؟
- ٨ - هل يقارن بينك وبين الفتيات الاخريات أحيانا ؟
- ٩ - هل يهتم كثيرا اذا اكتشف خطأه وصوابك أنت أحيانا؟
- ١٠ - هل يبدي اهتمامه بالملاسل التي ترتدينها ؟

إذا أجبت ب ( لا ) على سؤالين أو ثلاثة فأكثر من بين هذه الاسئلة باستثناء كل من السؤال السادس والثامن والتاسع فأننى انصحك بتغيير خطيتك أو نظرتك نحو خطيبك فهو قطعاً ليس برجل أحلامك . ان الامر يحتاج لسرعة فلا تترددى ، وكونى حازمة .

## وهل يوافق كل منكما الآخر؟

الاجابة عن الاسئلة السبعة الاولى يجب أن تكون ب ( نعم )  
اما الثلاثة اسئلة الاخيرة فيجب ان يجاب عنها ب ( لا ) .

٣ - مضمض فمك بعد ذلك بعناية مرتين أو ثلاث مرات .  
٤ - اغسل فرشاتك في ماء دافئ وعرضيها للهواء حتى تجف .

٥ - اعمل دائما على أن يكون في حوزتك فرشتان بدلا من فرشاة واحدة واطرحي جانبا فرشاتك المستعملة إذا لاحظت أي خلل طارئ عليها واستعمل الاحتياطية .

٦ - إن حجم الفرشاة مسألة ترجع إلى اختيارك الشخصي ولكن أحد الخبراء ينصح باختيار الفرشاة صغيرة الحجم .  
لأنها أسهل في الاستعمال على الوجه المطلوب . كما أنه ينصح بتنظيف الاسنان أربع مرات يوميا . قبل الافطار وبعد الافطار وبعد الغداء وبعد العشاء .

٧ - إن معاجين الاسنان متعددة وكل منا له نوعه المفضل ولكن على الرغم من ذلك يجب عليك ياسيديتي ان تغسلي أسنانك وكنتك بمحلول ملح الطعام المذاب في الماء فهذا المحلول مفيد جدا ضد الجراثيم التي تتكون من الفم وتسرب إلى اللثة .

٨ - وإذا لا قدر الله وجدت ما يدعو إلى استعمالك لطاقم أسنان صناعية ياسيديتي فاني أنصحك بعدم إهمال هذه الاسنان . فإن إهمال هذه الاسنان له نفس العواقب الوخيمة التي تحدث إذا أهملت الاسنان الطبيعية . اعرضي طاقم أسنانك على طبيب أسنانك مرتين سنويا لهذا الغرض . كما يجب عليك غسل هذا الطاقم بالماء والصابون يوميا .

#### نصائح لأبد منها

- ١ - عندما تستيقظين من نومك مضمض فمك بماء دافئ ثم فرشي أسنانك بفرشاة جافة بعد ان تضعي عليها معجون الاسنان .
- ٢ - فرشي أسنانك ثلاث مرات في اليوم بعد تناول الطعام
- ٣ - اذهبي إلى طبيب الاسنان مرة كل ستة اشهر لينظف أسنانك تنظيفا كاملا .
- ٤ - لا تستخدمى أسنانك في اعمال لم تخلق لها . فان هناك سيدات فقدن ابتسامتهن الجميلة لانهن حاولن كسر بعض الاجسام الصلبة بها .
- ٥ - ان شعرت بأى ألم في أسنانك بادري بالذهاب إلى طبيبك ولا تهمل امرها أبدا .
- ٦ - إياك والسوائل الملحة فانها تؤذي الاسنان خاصة ان تناولت قبلها او بعدها شيئا ساخنا .
- ٧ - اختاري معجوناً من نوع جيد يصفه لك طبيبك لان هناك معاجين لا توافق كل لثة .
- ٨ - اتبعي هذه النصائح تضمني اسنانا سليمة .



## إبتسم دائما؟

إن الابتسامة الجميلة يا سيدتي هبة من السماء . فإبتسمي دائما تتسم لك الحياة .. وللأسنان دخل كبير في اظهار جمال ابتسامتك فلاحظيها على الدوام ولا تهمل امرها ...

وينبغي على كل سيدة عاقلة ان تتردد على طبيب أخصائي في الاسنان مرتين في السنة على الأقل حتى يعمل على حماية أسنانها وإزالة كل ما قد لا تصل اليه الفرشاة أثناء الاستعمال اليومي .  
أن أسنانك يجب أن تكون ناصعة البياض على الدوام ولليل من السيدات من يعرف الطريقة الصحيحة للحصول على هذه اللبنة الجلابة . ان استعمال الفرشاة والمعجون له أصول وفوائد يجب أن تراعى . واليك بعض الارشادات لاتباعها بدقة :

١ - لا تحركي الفرشاة بعد وضع المعجون عليها بعرض أسنانك فهذه العملية مضرّة باللثة وغير مفيدة لاسنانك .  
حركي الفرشاة بقرع أسنانك من أعلى إلى أسفل بالنسبة لاسنان الفك الأعلى ومن أسفل إلى أعلى بالنسبة لاسنان الفك الأسفل

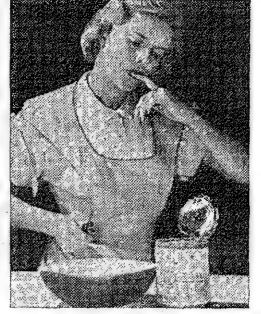
٢ - لاحظي بدقة إيصال المعجون بواسطة الفرشاة إلى الفجوات التي قد تكون بين بعض أسنانك .



# أخطاء يجب تجنبها



لا ريب في أن خطر حرق يديك مما تتعرضين له باستمرار وأنت تتناولين أطعمتك من فرن منزلك • ولتفادي ذلك عليك باستعمال قفاز يحمي يديك •



لا تحاول فتح علب الاطعمة المحفوظة بغير الآلة المخصصة لها حتى لا تجرحي أصابعك • بل تأني في هذه العملية واستعملي الآلة المبينة في الصورة •



ولا تعرضي نفسك لآخطار أنت في غنى عنها بعدم الاحتياط حين تركيب ستائر منزلك • فسلامتك لن تكلفك أكثر من تثبيت عمود خشبي في أعلى السلم

الكوكب الساطع

ليل مراد

في الفيلم الغنائي الكبير

سيدلة القطار

مع يحيى شاهين وعما د حمدي

الخراج : يوسف شاهين

انتاج وتصوير: عبدالحليم نصر

حاليا

بسينما ستوديو مصر بالقاهرة

وسينما فريال بالاسكندرية



## تلاجات المتأخرة!



### سافري بطائرات B.O.A.C

تبلغ أوروبا أوج عظمتها في الحريف • ستخفمن الأفجور أكثر • وستمتنع بالمخدمة الممتازة بعد انتهاء الموسم • عندما تأسافري بطائرات B.O.A.C ستجد نفسك بالقرب من: روما، نيس، زيورخ، فرانكفورت والمدين الأخرى ذات المسحر والجمال - إغتم ما في هذه الساعات الثمينة من متعة ...

وتذك: الطريق الجريئة B.O.A.C تقي بك كل الفناء

### سافري بطائرات B.O.A.C

للاستعلامات و حجز الأماكن :

القاهرة: ١٠ شارع البستان: ٢٥٢٥٦ / ٢٥٢٥٠ - الاسكندرية: ١٥ ميدان سعد زغلول: ٢٢٨٣٧ / ٢٢٨٨١ - وانفسوا بإحدى وكالات السياحة

١٠١٥٠



اتبعي اذن هذا النظام الغذائي مرة في الاسبوع :

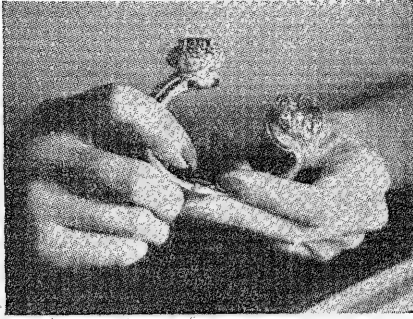
الساعة الواحدة بعد الظهر

جزرتان مجروشتان  
ليمونه •  
فجلتان مجروشتان  
بصلة بيضاء  
كرنب مقطع  
قطعه خس طازجة مع ملعقة زيت زيتون  
وعصير ليمونة وطباطم ومقدونس  
ورجلة •

الساعة التاسعة صباحا :



كوب ماء ساخن وتفاحة واحدة •



## عنى جمال يديك

ان قارىء الكف فى امكانه معرفه مستقبلك بمجرد النظر الى كف يدك كما ان الاشخاص العاديين فى امكانهم الحكم عليك بمجرد النظر اليهما • ان يدك تظهران نوع هواياتك والاعمال التى تمارسينها • ان الايدى تحتاج الى رعايه وعنايه كسائر اجزاء الجسم

ان الاصول التى يجب أن تتبعها حتى تحصلى على ايد جميلة ورشيقة قليلة محددة • ان الف باه هذه الاصول تكمن فى كلمة واحدة هى « النظافه » • ووسائل النظافه معروفه • انها الماء والصابون • وبما ان الايدى هى أكثر اجزاء جسم الانسان تعرضا للجو بتقلباته المعروفة والماء فان جلدهما هو بالتالى أكثر هذه الاجزاء عرضة لفقدان حالته الطبيعىة • احتفظى على الدوام بجوار مرآتك أو فى احد ادراج دولابك أو على أحد أرفف مطبخك ببعض من كريم الايدى بحيث يكون فى متناول يدك كلما غسلتها دلكيهما عقب الغسيل بقليل من هذا الكريم • ستجدين صعوبة فى البدايه ولكنها سرعان ما تصبح روتيننا طبيعىا • اننى أنصحك بالعنايه بأمر التدليك • ابدئى بكل اصبع على حده من أسفل الى أعلى ثم كررى العمليه من أعلى الى أسفل عدة مرات • ولا تنسى البشرة السطحيه ليدك فهو مهم جدا • وعند النوم عليك بالقيام بعملية التدليك من يوم الى آخر • أتركى ليدك فرصة امتصاص الكريم ببطء • ولتفادى ضياع كل أثر للكريم أثناء النوم عليك بلبس قفاز قطنى واسع •

والآن لابد لي من أن أذكر الاطافر • أنها من ضمن مقومات جمال الايدى فلاحظيهما على الدوام ولا تهمل من أمرها • اذا كانت اطافرك من النوع الرقيق الذى يسهل خدشه فعليك بالتأمل فورا فى نظام غذائك • تناولى الكثير من الاطعمه التى يكثر فيها الكالسيوم مثل اللبن والسّمك والحب • وهناك نوع من الكريم خاص بالاطافر ياسيدتى استعمليه اذا كان لونها غير طبيعى أو اذا كان نموها بطيئا • ودققى باستمرار فى اختيار لون المانيكير الذى تستخدمينه • ان هذه الالوان يجب أن تكون منسجمة مع لون بشرة يدك •

وأخيرا ياسيدتى ان حركات يديك يجب أن تكون معبره • لا تعجبى من قولى هذا • ان فى استطاعة الايدى مثل الاعين سواء بسواء ان تكون معبره • كونى بسيطة على الدوام • لا تتكلفى ولا تستعمليه الا حينما تجدين هناك داعيا ، لذلك • اقتصدى فى حركاتك قدر الامكان • والان اليك ببعض الحركات التى يجب أن تقومى بها للحصول على رشاقة يديك وجمالهما :

# صابون الشمس



يرغى بسرعة  
ويذوب ببطء



داومي على استعماله  
تقل ملابسك جديدة  
ناصعة البياض

إنتاج ميسان

نايف عمار باشا  
طنطا

## الساعة الثامنة مساء

حفنة بسيطة  
خرشوفتان صغيرتان  
طازجتان  
نصف حزمة فجل صغير  
رجلة وزيت زيتون  
ليمونة حامضة



تناولي نصف تفاحة .



## الساعة العاشرة مساء

فندجان ماء ساخن



١ - اتركي يديك على راحتكما كما هو مبين في الصورة . هزبهما وهما بهذا الوضع لمدة ثلاثين ثانية . ان هذه الحركة مفيدة جدا لمفاصل يديك .



٢ - قومي بالوضع الموضح في الرسم واجعلي كل اصبع يضغط على زميله المقابل وكرري هذا خمسا وست مرات . ان هذه الحركة تكسب اصابعك ليونة وقوة .



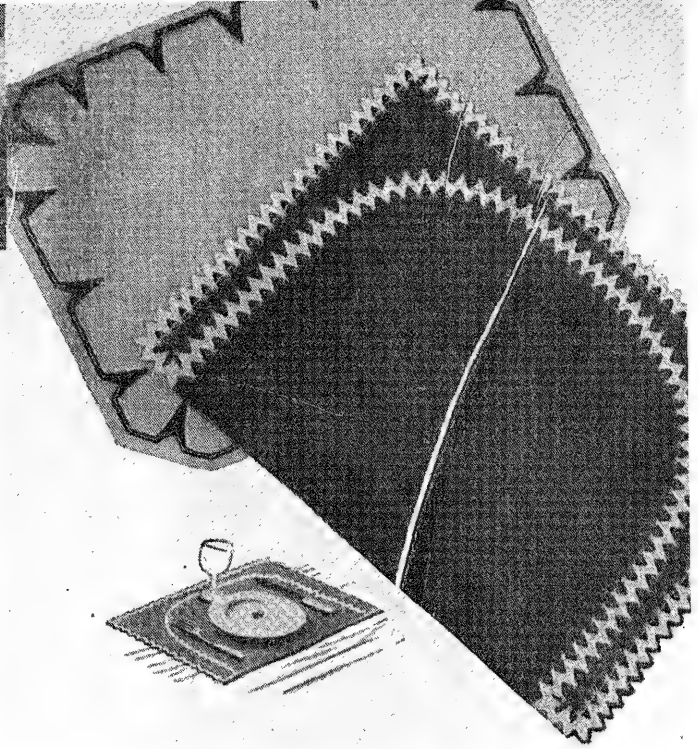
٣ - نثني اطراف اصابعك على متصدة بينما تكون يدك مرفوعتين . تضغطي بأطراف اصابعك على المتصدة بينما يكون أحد اصابعك مرفوعا من موضعه . كرري هذه العملية بالنسبة لكل اصبع على حدة عدة مرات لمدة عدة ثوان .

### مفارش صغيرة للمائدة

يمكنك عمل هذه المفارش من يواقي  
قماش التيل الذى فصلت منه فستانا أو  
ما شابه . ان عمل هذه المفارش لن  
يكلفك وقتا ولا عناء .

وما نحن أولاء نقدم لك أنموذجين  
جميلين زخرف حرف أولهما بشريط  
الزيجاج الجميل ذى اللون المناسب  
للون القماش . أما الانموذج الثانى فهو  
عبارة عن وحدة هندسية بسيطة مكررة ،  
مشغولة بفرزة البوان دى تيج وملونة  
بلونين مناسبين .

ان هذا المفارش الصغير يوضع على  
مائدة الطعام أمام كل شخص ويوضع  
عليه الصحن والشوكة والمعلقة والسكين  
وكوب الماء .



### ان كنت قصيرة وبديئة

امتنع عن لبس الاثياب الضيقة  
ارتدى على العموم فساتين طويلة  
بما فى ذلك الكفاية . البسي جاكيتات  
قصيرة وفصفاضة قليلا على  
جونيلا مقصوصة قصة مستقيمة  
لا تختارى فساتين مقفولة كثيرا ،  
على الاخص ان كان صدرك كبيرا .  
ونحن نفضل لك الكورساجات التى  
تنتهى بعرف مدبب والتى تكشف عن  
العتق . امتنع عن لبس اللون  
الرمادى فانه يظهر بديئة



### ان كنت طويلة وبديئة

اختارى الالوان الفاتحة والبسي  
الفساتين البسيطة اى بدون اى  
كشكشة عند الازداف . تخبرى على  
العموم افشلة لا تنتفخ . لا ترتدى  
مخاطف ولا جاكيتات واسعة فانها  
تزيد من حجمك



التي  
التي  
يناسبك

### ان كنت طويلة ونحيفة

قسى الصدر باحزمة درابية  
او باحزمة على هيئة الكورسيه  
ابتعدى عن ارتداء الفساتين الطويلة  
ان ما يناسبك هو البليسيه  
الرخس والكورساج الفلو



### ان كنت قصيرة ونحيفة

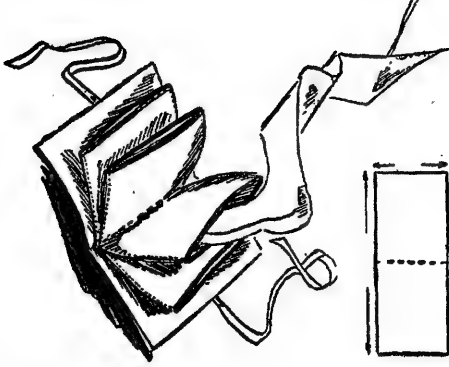
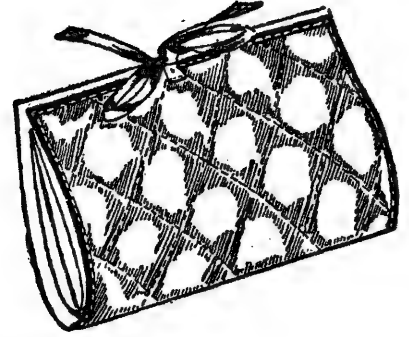
اجعلى الجذع يبدو قصيرا للتركز  
الاهمية على الساقين . لا تلبس  
كورساجات مسطحة خاصة ان كان  
صدرك صغيرا . اكثرى من استعمال  
الباقات والفيونكات والدراية ،  
وتاجونيلا الفولان .





ويمكن عمل تلك الشنطة من مادة البلاستيك ذات اللون الواحد .  
لم تحليتها بخياطة بالورب مستخدمة الخيط الملون . مما يقوى الشنطة  
ويزيدها جمالا .  
التشغيل

قمي مرة واحدة الباترون الكبير الذي يتكون منه الجزء الخارجى  
من الشنطة من قطعة البلاستيك وقطعة فائلة وقطعة بلاستيك اخرى .  
اى ان يقص نفس الباترون ثلاث مرات . مرتان على البلاستيك ومرة على  
قطعة فائلة . بحيث تكون الفائلة بين طيقتي البلاستيك . خيطي هذه  
القطع الثلاث ببعضها بالسراجة . ثم نبتئها بالورب من الناحيتين بحيث  
يكون شكل التثبيت كشكل قطع القلاوة .  
قمي اربع مرات الباترون الصغير الذي يستخدم فى عمل الجيوب  
الاربعة التى توضع فيها الجوارب .  
خيطي الجيوب من الخارج بخياطة فى الوسط تجتاز الاسماك الاربعة  
للجيوب والبطانة .  
خيطي شريطة صغيرة من البلاستيك فى كلا القادفتين واعلمي منها عقدة  
لفغل الشنطة .



## شنطة لجواربك

ان فى استطاعتك ان تقومى بنفسك بصنع هذه الشنطة المتكررة .  
انها مفيدة جدا لعللمات المدارس المنتديات للتدريس فى غير المدارس التى  
يعشن فيها فيضطرون للسفر مرة فى الاسبوع او مرة فى الشهر .



الخطوط المصرية للطيران الدولى

٣٧ شارع عبدالقادر زوت باشا ١٢١١٦-٥٨٨٥ بالقاهرة



فرانكفورت ٩٤٠٠  
ميونيخ ٩٤٠٠  
بيروت ١٢٠٠

اشينا ٩١  
روما ٤١  
ميلان ٤٧

حلقة الاتصال بين الشرق الاوسط و بين اوروبا S.P.A.

# طفلك ياسدتي



هي الا تقرني عملية النوم  
بُعقابك لطفلك • اجعليه  
يشعر بأن النوم عملية محببة  
أو على الأقل عملية روتينية  
كالاكل والشرب تماما •  
أم مجربة

عدد الساعات التي يجب أن  
ينامها طفلك :  
عمر الطفل عدد الساعات  
شهر واحد ٢١  
٦ شهور ١٨  
١٢ شهرا ١٥  
سنتين ١٤  
٤ سنوات ١٣  
٦ سنوات ١٢  
٩ سنوات ١١  
١٢ سنة ١٠

يجب عليك يا سيدتي أن  
تعودي طفلك على الاستغراق  
في النوم والاستمتاع به  
تماما ••• يجب عليك أن

تعودي على الذهاب الى سريره  
في مواعيد منتظمة تماما  
وكانه يتناول طعامه أو يأخذ  
حمامه ••• ان الأطفال  
ينامون نوما هادئا طبيعيا  
كلما انتظمت مواعيد نومهم  
وأوقات طعامهم ••• وإذا  
كان طفلك من ذلك الصنف  
الذي لا يستطيع النوم الا في  
الظلام وبعيدا عن النور  
فعليك بامداد سستارة  
سوداء على نافذة غرفته ، ثم  
عليك باعادة جو الغرفة الى  
ما كان عليه عقب استغراقه  
في النوم مباشرة •

احرصي دائما على تهوية  
غرفة نومه ولكن في نفس  
الوقت احذري من الرطوبة  
فهى مضرة أشد الضرر  
بصحته • ولتكن ملابس نوم  
الطفل خفيفة قدر الامكان  
بحيث تتيح وصول الهواء الى  
جسد صغيرك واحسن ملابس  
أنصحك باستعمالها هى  
الملابس القطنية الخفيفة •  
وينبغي أن تحولى بين  
طفلك وبين الضوضاء التي  
غالبا ما تثير أعصابه وتمنعه  
عن النوم •

حقيقة يوجد كثير من  
الأطفال ممن يستطيعون النوم  
في جو من الضجيج ولكن  
الراحة التي يحصلون عليها  
ليست هي الراحة النموذجية  
المنشودة •

وتصيحتي الاخيرة لك

## الالعاب الرياضية للأطفال

ليس الكبار هم وحدهم في حاجة  
الى ممارسة الالعاب الرياضية بل  
الى الصغار أيضا يستفيدون فائدة  
كبرى منها • مودى الطفل من  
الصغر على أن يقوموا كل صباح  
بتمرينات رياضية سهلة تكسيهم  
سحة وقوة ونشاط •  
انهم في هذه السن يحبون تقليد  
الحيوانات • فما عليك الا أن  
تستغلي تلك النزعة عندهم •



الزرافة

امشي على أطراف الاصابع مع شد  
العنق الى أعلى ورفع الذرايين فوق  
الرأس • شد الجسم كله بقدر  
الامكان • (دقيقتان)



البلدة

علاج انحناء الظهر وعظام الكتف  
الخلفية • تمدد على وجهك وبطنك  
مع ضم اليدين خلف الظهر وشد  
الذرايين والساقين • ازحف الان  
الى الامام



الارنب

انها تقوى عضلات الساقين  
والفخذين • امشي على يديك  
وقدميك مرتكزا ما امكن على أطراف  
الاصابع ولكن حركتك سريعة •  
تلد الارنب في عدوه

ظهر الكلب أو القطة :  
تليين عظام العمود الفقري على  
سافيك وقديك مع الارتكاز على  
الركبتين واليدين • الصدر اعان  
والفخذان مشدودة • ادخل الوسط  
وارفع رأسك واعمل حركة شبيهة  
ارفع الوسط الى اعلى واخفض  
رأسك • واعمل حركة زفير • قم  
بهذا التمرين عشر مرات

## مصر الحديثة



إن طريقة الطباعة بالليثوغراف نفقت بدفة ثامة منظر الواحة  
الربطية والمناظر الثلاثية وصور الفتيان لسان كان تفتل  
أيضا الصور الملونة والرسومات التي خطتها ريشة الفنان  
الماهر ••• إعلانات وشائج الكوكاكولا المألوفة في جميع أنحاء  
مصر مطبوعة بالليثوغراف بمصانع مصرية صميعة •••  
إن الكوكاكولا تخلق مجالات جديدة للعمل بأجور حسنة  
للعامل الاكفأ في مصر الحديثة •••

الرواقاۃ



بطولت

فاتن حمامہ

تجیر کار یو کا. محمود لایچی. حسین یاض

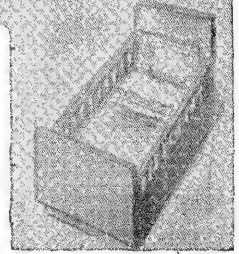
فرید ثوقی. شکری سرمان. فردوس محمد. نریا اہلی

افراج جمال مدکور

توزیے سٹوڈیو مصر

حالیہ  
بسیما الکورسال الصیفی  
و سینما صدیقہ الازکیہ بالقاهرہ

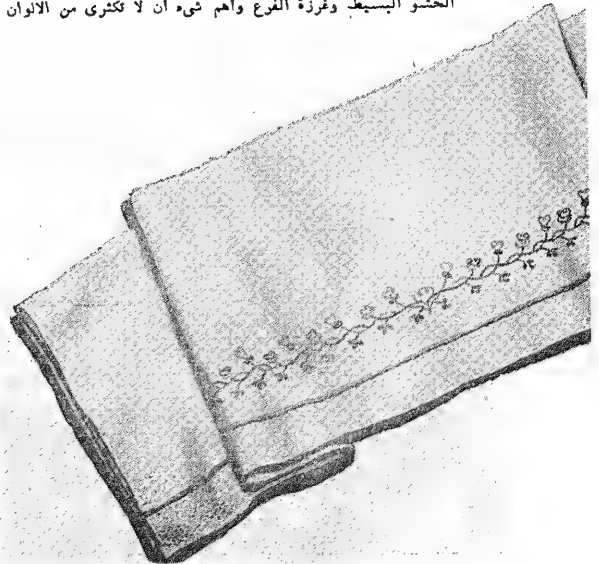
## فراش طفل



عند ما تودين أن تهدي صديقتك أو إحدى قريباتك في مناسبة سعيدة فلا شك أن الأفضل أن تكون من صنع وتطريز انامك وطمع سرير الطفل يتكون في العادة من ثلاث قطع هي ملابة للحاف وكيس مخدة مستديرة وكيس للبخدة المربعة ويحتاج هذا الطقم الى متر وربع أو متر ونصف من النيل العريض المتين واختاري لونا هادئا مثل الازرق الفاتح أو الوردي الهاديء

وابدئي بأخذ مقاس السرير ثم فصلي القماش وخطيه خياطة نظيفة وارسمي هذه الوحدة البسيطة بشكل رقيق واشتغليها بغرزة الحشو البسيط وغرزة الفرع وأهم شيء أن لا تكثرى من الالوان لان

كثرتها تشوه منظر الفراش واستعملي خيطا من ماركة مضمونة والوانا تنسجم ولون القماش واشتغلي فوق ثنية الحرف عدة خطوط من غرزة الفرع لتعطي المفراش منظرا لطيفا جذابا



# شباب المصنوع



١ - طقم من الجبردين • كورساج مقفول  
بسوستة وينتهى بكوت عريض

٢ - جونيلة من التيل الغليظ مزرة من  
الخلف ومركبة على حزام عريض

٣ - طقم من السيرج • ذو ياقة بحرية  
الجيوب فى خياطة الجانبين •

٤ - ثوب من التويد • الكورساج كروازيه  
تحت بلوزة جرسية • الجونيلة كسروازيه  
أيضا •

٥ - تحت الجونيلة التيل كومبنزون  
شورت من التيل المقلم •



تقدم نينا ريتشي هذا الثوب الشمزيه المصنوع من التوساه  
لون الكرز . الجونيلة ذات ثنيات غليظة مجوفة . الحزام من  
الجلد الاسود



نينا ريتشي

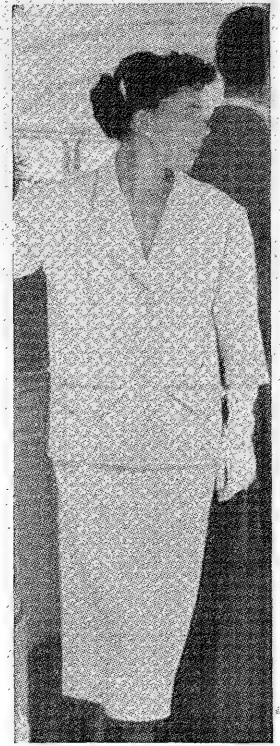
ثوب من قماش الكريب الابيض  
الكورساج مزور من الامام . الجونيلة  
بليسيه من اولها الى آخرها



مادلين دي روش

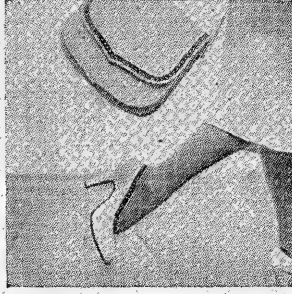


بالنسيجا



تاير واسع من الخلف مصنوع من قماش  
البيكة تصميم الخائط بالنسيجا

لور بورتييه



حقيبة وحذاء من الجلد  
الابيض مخلي بشرط  
اسود

هذا الثوب الشميزيه المصنوع من قماش التوسورنيل الابيض يقدمه جان ديسيس . ويلاحظ  
انه بليسيه من الامام وبسيط من الخلف وله كمان صفيران مرفوعان الى اعلى



جان ديسيس



# الكمام المتفخم

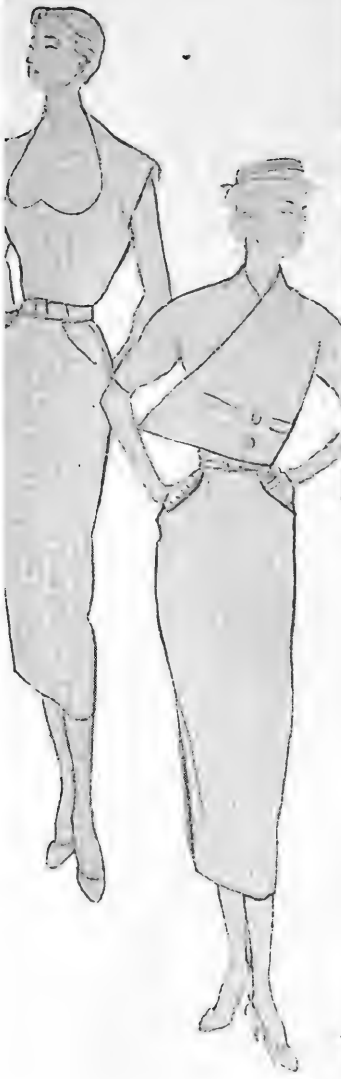
الى اليمين

على هذا التايير الكلاسيك او الشبيه بالكلاسيك الذى  
تقدمه سيمونيتا فيسكونتى نلاحظ هذين الكمين المتفخمين

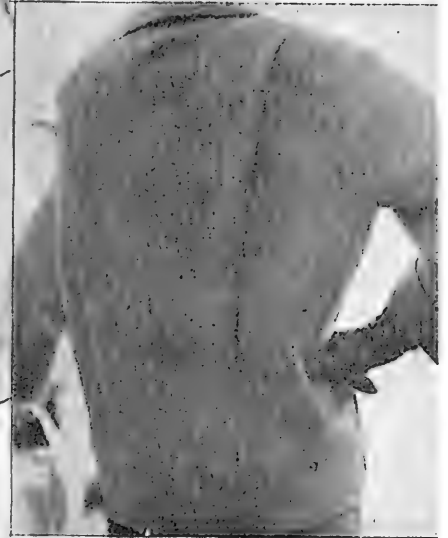
ان الاكمام المتفخمة هي الطابع الذى يسود جميع دور الازياء فى روما  
وميلانو • وها نحن اولاء نقدم لك يا سيدتى هذا اللون الجديد من الذوق  
الايطالى • وبلاحظ انه اقرب الى التنفيذ لعدم تعقيدته •

هذه الشيميزيت ذات الكمين العريضين المتفخمين هي  
ايضا من ابتكار سيمونيتا فيسكونتى • اما الجونيلة فبشنيات  
عريضة •

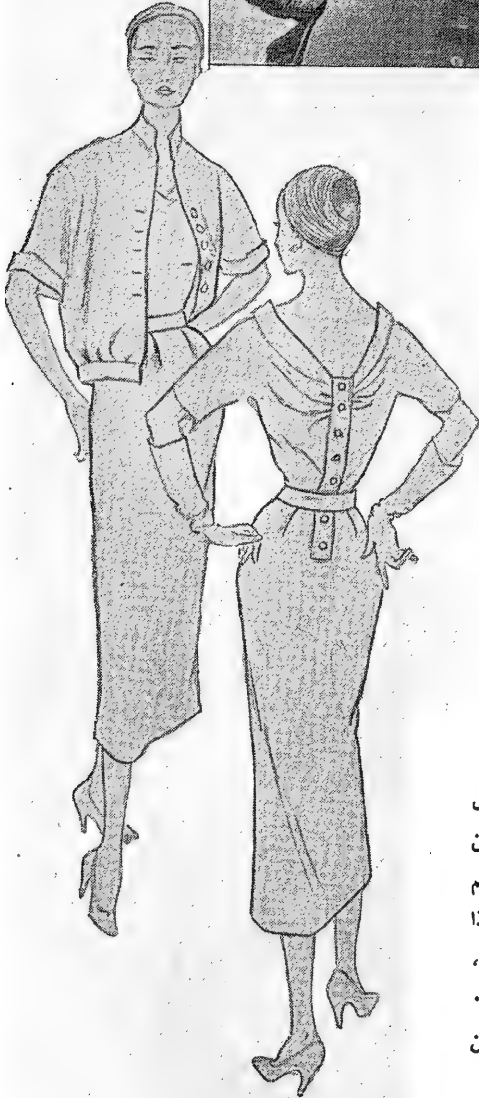




١ ٣ ٢



اعلى : يقدم سكيابارلى هذا  
الفسان ذا القصّة المستقيمة  
بديكولتيه واسع على شكل قلب  
وترتدى صاحبه عليه بوليرو  
اما جان باتو فيقدم هذا  
البالطو ذا الظهر العريض المحلى  
ببانستين من الجهتين •



أعلى الى اليسار ، يقدم جوبير دى  
جيفنشى هذا الفستان المزور من  
الخلف وقد ظهرت تفاصيله فى الرسم  
يقدم جان ديسيس هذا الفستان ذا  
المنشور الى أسفل أعلى الى اليمين ،  
الياقة الضيقة والجونيلة الفضفاضة .  
ان الرسوم الثلاثة المنشورة الى اليمين  
تعطى فكرة كاملة عنه •

# من باريس

هذان الثوبان هما آخر ما وصلنا من باريس لموسم الخريف فالى اليمين ترى ثوبا يرتدى  
ليعد الظهر من التيل الاسود وهو ضيق من الوسط بياقة واسعة . اما الاكمام فهي تصل  
الى ما تحت المرفقين . واللسان الاخر عبارة عن روب مانتو مع ثلاثة ازرار مستديرة  
بيضاء ويلاحظ الضيق الظاهر عند الوسط . الياقة مرتفعة الى اعلى



## حزام و حقيبة

من القش القوي بالجلد الاسود ابتكار  
كريستيان ديور

## قبعة وحذاء

من تيل القطن موشى بخيوط ذهبية  
ابتكار جال فان







فستان للمسيرة ابتكار سكياباريلي وهو من الشانونسج الازرق والابيض المخطط . ويلاحظ ان الاتساع  
مردود الى الخلف



نوب لبعد الظهر من الحرير • ويلاحظ أن الحويلة بليسيه وإن اليسافة  
مفتوحة • أما المعطف فهو سهل بسيط لا يحتاج تفصيله إلى عناية كبير



تايير من الحرير الاسود وهو عبارة عن جاكيت مفتوحة تظهر حزاما احمر  
عريض من قماش الحرير • اما الجونيلة فضيقة ومستقيمة •



الغنان الاجتماعى : حسين صدى  
يقدم بكل فخر الفيلم الاجتماعى الموسيقى « البيت السعيد »  
من انتاجه واخرجه وتمثيله  
حاليا : سينما حديقة النصر والليدو وروبال بالقاهرة  
وسينما الهمبرا وركس بالاسكندرية



يقدم جان ديسيس ههنا التايير من  
فماش ابيض يعسرف باسم عش النهل  
وهو يرتدى لبعده الظهر



اما مدام كارفن فانها تقدم هذا الثوب  
ذا الجونية الواسعة المصنوع من  
التيل الموشى برسومات تمثل مناظر  
جزر الهند الشرقية

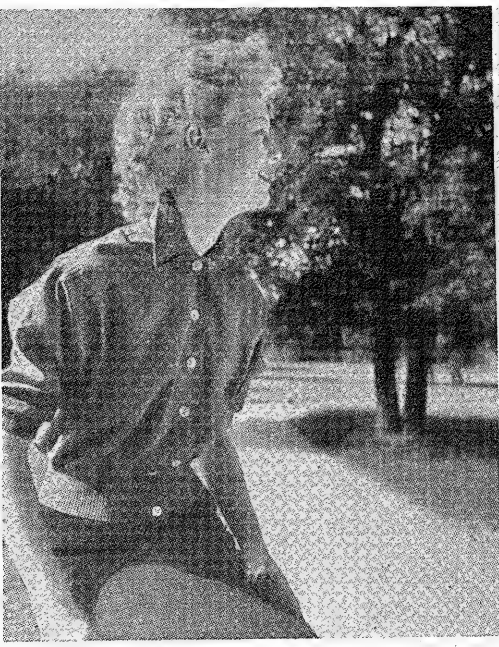
# حفلات البري



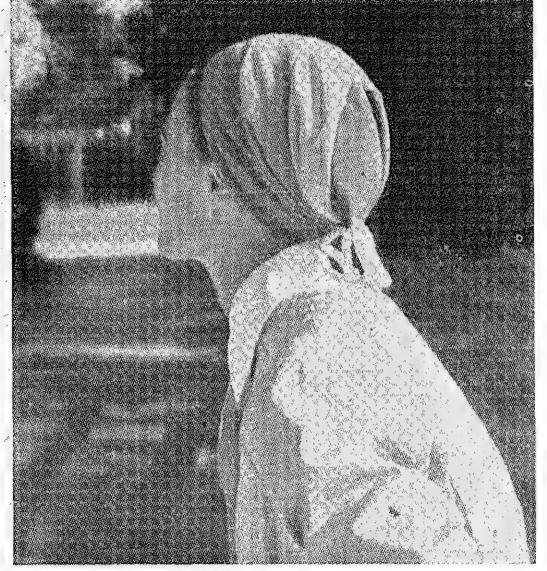




والعرائس



أن هذه البلوزة المقلوبة المصنوعة من القطيفة الزيتي ترتديها  
طالبات الجامعة في أوروبا وأمريكا . وهي كما تلاحظين سهلة  
الصنع ولا تكلف كثيرا



قبعة مبتكرة تشبه العمة الى حد كبير وهي محلاة بكوردون  
أبيض ومحسورة قليلا الى الخلف



هذه الجاكيت من  
القطيفة ترتدى للننادى  
وبها جيوب

فستان شيمزبه من السوراه لون الكرز الكورساج والجونيلة  
بليسيه . الحزام من الكريب الأزرق . الياقة مرتفعة الى أعلى  
نوب يرتدى للنزهات الخلوية وهو سهل الصنع



نوب يرتدى للنزهات الخلوية وهو سهل الصنع

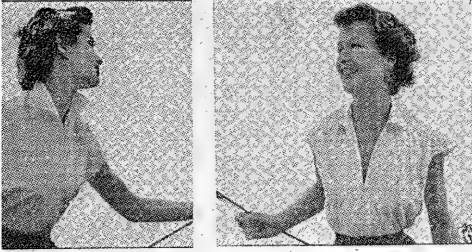
تأثير بليس للصباح ولبعد الظهر . الكمان  
يصلان إلى المرفقين . الحزام من نفس  
نوع القماش



نوب مكون من قطعتين:  
جاكيت منكزة وجونيلة  
بليسيه



ليس هناك أبسط من هذا  
الفسنان الذي ابتكره  
الباريسيون للفصل الخريف  
وهو كما ترين ليس في حاجة  
إلى شرح



للفتيات تقدم هاتين البلوزتين البسيطتين



هذا الثوب المكون من ثلاث قطع  
يرتدى في الرحلات الخلوية  
ويلاحظ أن الجاكيت قصيرة



هل تحبين الزهات الخلسوية ؟ إذن  
ارتدى هذا الفستان المكون من شيميزيت  
بيضاء وحزام سميك وجوبيلة واسعة



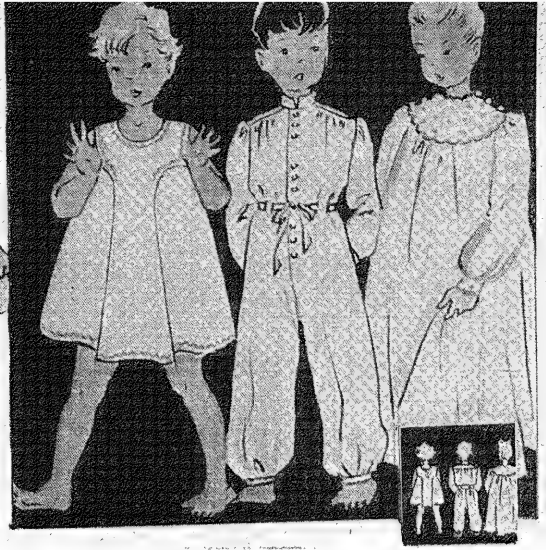
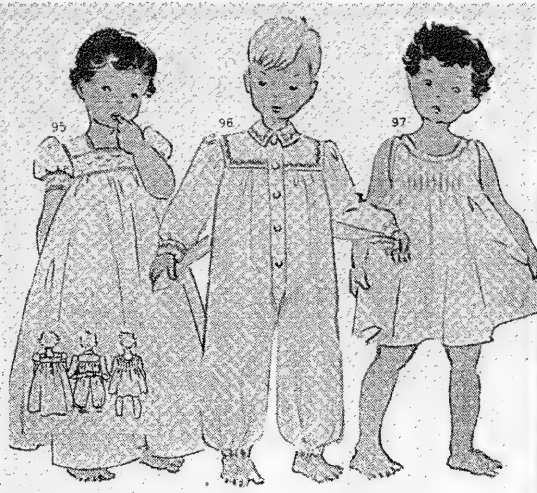


هاتان القبعتان هما آخر ما  
وصلت اليه موضحة القبعات لهذا  
الموسم . ويلاحظ انها لا تكاد  
تغطي الرأس

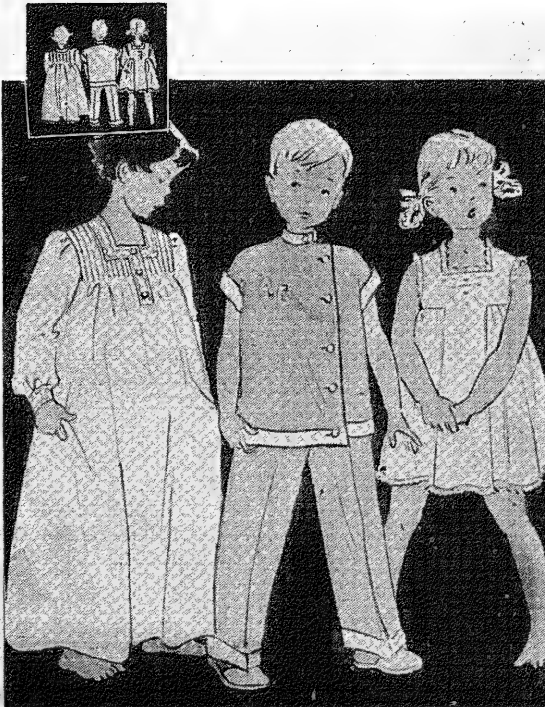
## قبعات من باريس



ارسلت لنا باريس هاتين  
القبعتين . ويلاحظ ان ريش  
الطيور عاد يحلى القبعات كما  
كانت عادته فيما سبق



## مدارس و اطفال لطفلك



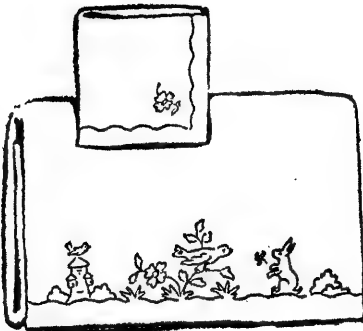


# رسومات للتطريز



على الفراش الذي يغطي مهد طفلك يمكنك تطريز هذا الرسم البسيط بالبوان دي تيج مستعملة الخيط الابيض أو الوردى أو اللبنى على تيل ابيض • أو لبني • وان كان التيل لبنيا فاستعمل الخيط الابيض أو الوردى • والاورليه يركب كالفتون وينسجم لونه مع لون التطريز نفسه •

احضري قماشا تيليا عرضه ٨٠ وطوله ١٢٠ لعمل غطاء مهد الطفل • ارسى عليه بالقلم الاسود هذا الرسم • أو انقلبه على ورق الكربون •



## مافضى على أنافته

ارسلت الى بعض قارئات بنسب التيل تسأل عن أهمية القوط الصغيرة التي توضع على صدر الاطفال وهل القوط النابلون اللين من القوط المشغولة وهذا يتوقف على براعتك يا عزيزتي فان القوط المشغولة هي من غير شك اتمن وانفع للطفل من النابلون فانت تستطيعين أن تصنعي من كل فضلة قماش مناسبة اللون فوطة جميلة ثمينة لصدر طفلك العزيز واليك عدة نماذج من آخر طراز ولك ان تنتخبي ما ينكى للقماش الموجود عندهك ولا يحتاج في تطريزها الا الفرز البسيطة جدا ولا حظي ان يكون فستون الحرف صغيرا جدا ليناسب الفوطة ويمكنك ان تقضى بدل الفستون قطعة رفيعة من الدانتلا





## مفرش لمائدة الصالون

نلاحظ دائما ان المائدة الصغيرة المستديرة تعطى منظرا ورونتا جميلا في المكان الذي توجد فيه ولاشك ان كل سيدة تحرص على تنسيق الغرفة بوضع مائدة مستديرة في وسطها او في ركن البقي من اركان المنزل وطبعي ان المفرش الذي يوضع عليها يزيد من جمال منظرها سيما ان كان مشغولا بفرزة دقيقة واليك يا عزيزي نموذجين بسيطين في استطاعتك ان تضعيهما على اى قطعة اثاث

**اولا -** انتخبى من قماش الاورجندى المتين لونا جميلا وخذى مقاس المائدة وارسمى هذه الوحدة الدقيقة وانتزعيها في ارجاء المفرش كما هو مبين في النموذج وانتخبى لون الخيط بحيث يكون ملائما للون القماش ويكون من الخيط الرفيع ومخصوص لقماش الاورجندى وفرزة الوحدة مكونة من الحشو البسيط وحرف المفرش بفرزة القستون المادبة ولاحتظى ان تكوى المفرش بعد الانتهاء من صنعه على قطعة قماش سمكة جدا ليظهر الشغل في شكله الطبيعي

بهرة لطلى



ليمونتين • ثم اغلقي البرطمان جيدا ولاحظي أن يكون البرطمان ذا غطاء محكم • واعلمي أن التساهل في عملية حكم غطاء البرطمان قد تؤدي حتما إلى تسرب الهواء للقشر المحفوظ وفساده •  
استعملي قشر البرتقال والليمون المحفوظ في عمل الكيك والبسكوتات لتكسيها رائحة وطعم النمار الطازجة في غير موسم هذه الموالح ...

#### تنظيف الاحذية البيضاء

لا تكون الاحذية البيضاء انيقة الا ان كانت نظيفة تماما .  
ينبغي عليك اذن ان تنظفيها يوميا  
وان كان حذاءك من التيل واتسخ بالوحل فيجب تفرشه بفرشاة قديمة من فرش الاسنان بعد غمسها بالماء .  
وان كانت هناك بقع اخرى فعليك بتفريشها بفرشاة مغموسة بحول درجة ٩٠ .

البقية على ص ٥١



بفضل

«براسو»

س ٠ ت : ٣٤٥٨٨



٢٤-٢٢

## بنت النيل في سون نزلك

#### تنظيف اطباق الفرن الزجاجية :

س - افضل استعمال اطباق الفرن الزجاجية في طهي اطعمتي التي تحتاج في طهيها الى الفرن • ولكني أجسد صعوبة في تنظيفها من بقايا الاطعمة المتصلقة او المحترقة في قاعها او على جوانبها • فما هي طريقة تنظيفها ؟

ج - الاطعمة لا يمكن أن تلتصق بقاع هذه الاواني الا اذا استعملت الاواني دون دهنها • ولاحتجاب ذلك ادهني دائما الطبق بالسمن أو الزبد قبل وضع الطعام المراد طهيه فيه • أما البقايا المحترقة على جوانب الطبق وأحرفه فتزال بنقع الطبق بعد تفريره من الطعام في ماء ساخن واذا لم تزل بالنقع فتدعك بالقيم ثم تغسل بالماء والصابون وتشتطف وتجفف • أما البقايا المحترقة على أحرف الطبق فتزال بدعكها بقطعة قماش مبللة بالماء الساخن عقب خروج الوعاء من الفرن مباشرة حتى يقدم على المائدة نظيفا خاليا من البقع •

#### المشمع القديم :

س - هل يمكنك ارشادي عن طريقة معالجة الشمع الذي ظهرت به آثار الجفاف ؟ واني أخشى تشققه •

ج - أحسن طريقة لاعادة ليونة وطراوة مظهر الشمع هو دعه بقطعة من القماش الناعم بعد غمسها جيدا في الزيت الحلو ثم ادعكي بها الشمع الجاف • ثم لمعيه جيدا بقطعة قماش ناعمة مثل الكستور حتى تزول آثار الزيت اللزجة من على سطحه • كرري هذه العملية مرة في كل أسبوع تضمنين عدم جفاف الشمع كذلك الاحتفاظ بليونته فضلا عن أن هذه الطريقة تنظف لك الشمع •

#### قشر الليمون والبرتقال :

س - هل حقا يمكنك حفظ قشر الليمون والبرتقال لمدة سنة مع احتفاظ كل بنكهته وطعمه الطازج وطريقة ذلك هي أن تغسلي الليمون أو البرتقال وتجففيه جيدا جدا • ثم أبشري القشرة الخارجية الرقيقة السطحية وهي التي تحتوى على زيت ورائحة الثمرة واحترسي من بشر أى جزء مهما كان صغيرا من الطبقة البيضاء التي تلي القشرة السطحية مباشرة لانها رطبة وتساعد على التعفن •

ج - نعم يمكن حفظ قشر الليمون والبرتقال لمدة سنة مع احتفاظ كل بنكهته وطعمه الطازج وطريقة ذلك هي أن تغسلي الليمون أو البرتقال وتجففيه جيدا جدا • ثم أبشري القشرة الخارجية الرقيقة السطحية وهي التي تحتوى على زيت ورائحة الثمرة واحترسي من بشر أى جزء مهما كان صغيرا من الطبقة البيضاء التي تلي القشرة السطحية مباشرة لانها رطبة وتساعد على التعفن •

ضعي القشر المشبور في برطمان جاف جدا ثم رشى فوق سطحه طبقة من السكر المسترفيش بنسبة ملعقة شاي صغيرة لكل برتقالة كبيرة أو برتقالتين صغيرتين أو



٣  
ستارة لغرفة الجلوس



٢



١  
ستارة على مقاس النافذة

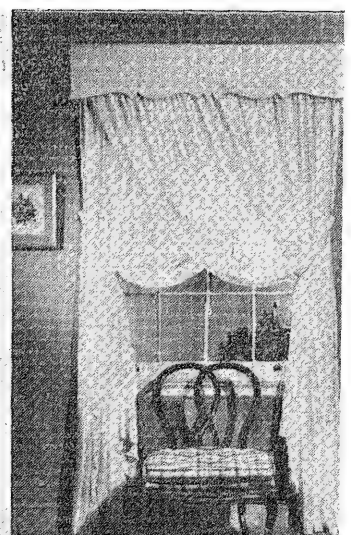
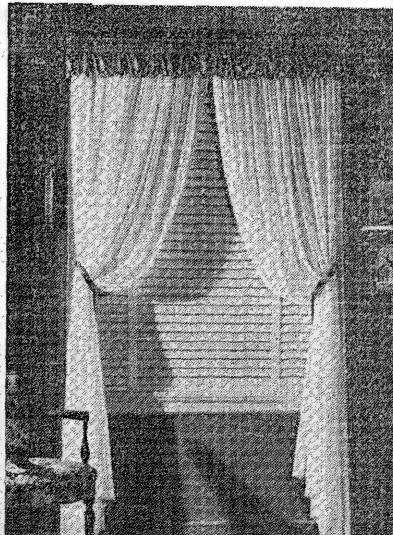
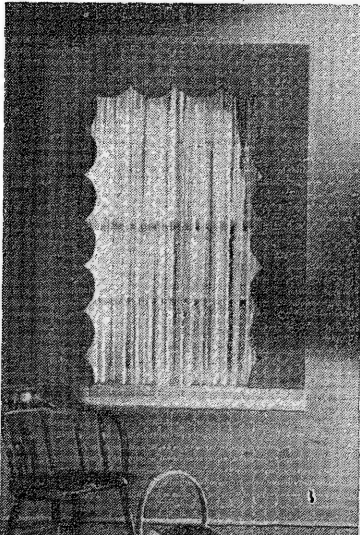
# ستارة لغرفتك

ارجو ان تصدقيني يا سيدتي اذا قلت لك اننا قد استعملنا ستارة واحدة في اخراج كل هذه المناظر التي امامك . ولم نضطر الى القص من طولها الا حينما بدانا في تصوير المناظر ٩٤٦،٩٤١ قد تعتبرين ما فعلناه معجزة ولكن في امكانك تحقيق هذه المعجزة بنفسك . ان المسألة لا تحتاج الى اكثر من بعض الذوق وبعض التصرف . فالستارة التي تلائم غرفة المائدة غير تلك التي تلائم غرفة النوم او الاطفال او الصالة . وعلى كل ارجو ان تكون هذه النماذج المصورة ذات فائدة لك في اختيار الستارة التي تناسب غرفتك .

٦  
ستارة لغرفة اشغالك

٥  
ستارة بسيطة ترفع من الجهتين

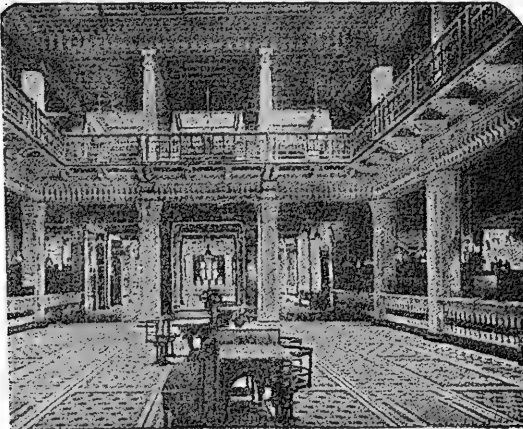
٤  
ستارة متشابكة من أعلى



# فكر مدارس

اللغات الحديثة  
التجارة . الحسابات  
الاختزال . الآلة الكاتبة

القاهرة ٢ شارع فؤاد الأول  
الاسكندرية ١٥ شارع سعد زغلول  
مصر الجديدة ١٠ شارع عباس  
بورسعيد ١٤ شارع منيرة غفلة  
طنطا ١١ شارع حسنة (سيدة بسام)



ص. ١٢٠

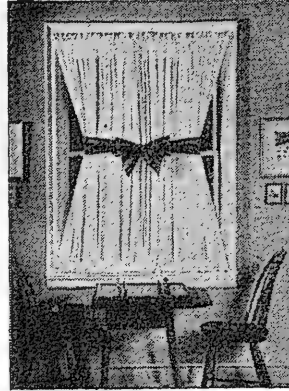
## بنك مصر

البناء الذي رفعت العزة المصرية  
وعامت بها في الاستقلال الاقتصادي  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى

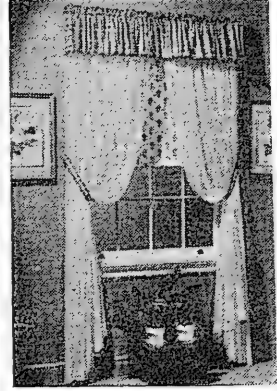
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
وزوجه بوعاصم المديريات ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارجه

الستارة رقم ٧ لا تختلف عن سائر الستائر في شيء ويمكن  
تعلقها الى الجانبيين بشرط ازرق او احمر . اما الستارة  
رقم ٨ فهي تغطي زجاج النافذة وتربط من الوسط بشرط  
عريض بعقد في منتصفه على هيئة فيونكة

٨



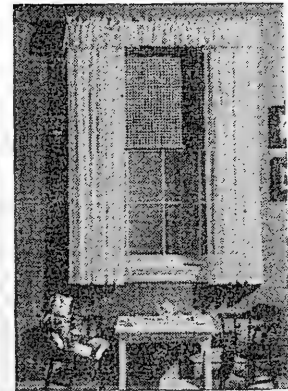
٧



١٠



٩



هذه الستارة المنشورة صورتها الى اليمين توضع على نافذة  
غرفة الاطفال وهي من التول الخفيف وتفتح حسب الطلب  
الستارة المنشورة صورتها الى اليسار من التول ايضا ويمكن  
فتحها وقفلها حسب الحاجة



١٠ سم مضلع ١ ع - ١ م ٠ لفى الصوف ف على شلتين -  
انتقل الى الابرتين نمرة ١١ واشتغلى كالآتى :

**السطر الاول :** ع ٣٩ ق - أوصل بالصوف ف - ع ٨ ف  
- أوصل بالشلة الثانية ق - ع ١٨ ق - أوصل بالشلة  
الثانية ف - ع ٨ ف - أوصل بالشلة الثالثة ق - ع ٣٩  
ق - ابرمى الصوف على بعضه عند ظهر الشغل عند تغيير  
اللون لتتلافى حدوث ثقب \* .

**السطر الثانى :** م : ٣٩ ق - ٨ ف - ١٨ ق - ٨ ف -  
٣٩ ق - كررى هذين السطرين مرتين آخرين \* .

**السطر السابع :** ع ٣٦ ق - ٤٢ معا ق - ع ١ ق -  
ع ٨ ف - ع ١ ق - زودى فى الغرزة التالية - ع ١٤ ق -  
زودى فى الغرزة التالية - ع ١ ق - ع ٨ ف - ع ١ ق  
٢ - ع معا ق - ع ٣٦ ق - السطر الثامن :  
م : ٣٨ ق - ٨ ف - ٢٠ ق - ٨ ف - ٣٨ ق ٠  
**السطر العاشر :** اشتغليه كالسطر الثامن ٠ **السطر ١١ :**  
كالسطر ٩ **السطر ١٢ :** كالسطر ٨ **السطر ١٣ :** زودى فى  
الغرزة الاولى - ع ٣٤ ق - ع ٢ معا ق - ع ١ ق - ٨ ف - ع ١ ق -  
زودى فى الغرزة التالية - ع ١٦ ق - زودى فى الغرزة  
التالية - ع ١ ق - ع ٨ ف - ع ١ ق - ع ٢ معا ق -  
ع ٣٤ ق - زودى فى الغرزة الاخيرة ٠ **السطر ١٤ :** م : ٣٨  
ق - ٨ ف - ٢٢ ق - ٨ ف - ٣٨ ق ٠ **السطر ١٥ :** ع :  
٣٨ ق - ٨ ف - ٢٢ ق - ٨ ف - ٣٨ ق ٠ **السطر ١٦ :**  
كالسطر ١٤ ٠ **السطر ١٧ :** كالسطر ١٥ **السطر ١٨ :**  
كالسطر ١٤ ٠

**السطر ١٩ :** زودى فى الغرزة الاولى - ع ٣٤ ق -  
ع ٢ معا ق - ٨ ف - ع ١ ق - ع ٨ ف - ع ١ ق - زودى فى الغرزة  
التالية - ع ١٨ ق - زودى فى الغرزة التالية - ع ١ ق -  
ع ٨ ف - ع ١ ق - ع ٢ معا ق - ٣٤ ق - زودى فى  
الغرزة التالية ٠ **السطر ٢٠ :** م : ٣٨ ق - ٨ ف - ٢٤  
ق - ٣٨ ق ٠

استمرى هكذا بأن تمشغل بأحدار بنضات الصوف  
القاتج بتزويد ع ٢ فى وسط المربع القامق وتنقيص ١ غ فى  
المربع القامق الاول والمربع القامق الاخير على كل سطر  
سادس وفى نفس الوقت استمرى بتزويد ١ غ عند كل من  
طرفى هذا السطر الى أن يتم شغل ١٢٨ غ ٠ والان احتفظى  
بحافة الجنب طولى واستمرى فى أن تميل بالبنضات فى الى  
أن يصير مقاس الشغل ٣٠ سم ٠

وبوجه الشغل ابدئى ٧ غ عند بداية السطرين التاليين  
للكمين « ١٤٢ غ » ٠ استمرى فى شغل البنضات شغلا  
مائلا الى أن يصير مقاس الكم ١١ وربع سم وانتهى بسطر  
مقلوب ٠ اقطى الشلة الثانية من الصوف القاتج وأوصل  
فى بداية السطر التالى ٠

**السطر الثانى :** أوصل الصوف ف واشتغلى ع الى نهاية  
البنضة ف الاولى - اشتغلى الوسط القامق ع بصوف ق -  
اشتغلى ع للاحر بالصوف ف ٠ اشتغلى ٩ سطور أخرى  
بغرزة الجرسية بهذه الطريقة ثم انتقل الى ق على كل الغرز  
الى أن يصير مقاس الشغل عند حافة الكم ١٥ سم ٠



## بلوفر أسود واخضر ملى بالترتر

**المواد اللازمة :** صوف باتونز بيهاف فنجرنج B و P المصنوع  
بطريقة بيهاف المتكررة لمقاومة الانكماش والتمدد - ٣ فتل :  
١١٢ جرام من اللون القامق و ٢٨ جرام من اللون القاتج ٠  
ابرتان بيهاف نمرة ١١ و ابرتان بيهاف نمرة ١٢ - ٤ زراير  
صغيرة - ابرة كروشيه حجم متوسط - دستتان « ترتر » ٠

**المقاسات :** محيط الصدر ٨٥ - ٩٠ سم - الطول من أعلى  
الكنتفين ٥٠ سم ٠

**قوة الشد :** ٨ غرز ١٠ و سطور لكل ٢٥ سم على الابرتين  
نمرة ١١ ٠

**الاصطلاحات :** غ = غرزة ٠ ع = معدولة ٠ م = مقلوبة ٠  
معا = غرزان فى غرزة ٠ ف = صوف اللون القاتج ٠  
ق = صوف اللون القامق ٠

## الامام

بالصوف ق والابرتين نمرة ١٢ ابدئى ١١٢ غ واشتغلى



## مذكرى .. الاقشة الجديدة

نحتاج إلى عناية خاصة!



استعملى لوكس لجميع ملايسك الرقيقة . المتلابس الداخلية والحريمية والصوفية والجوارب تدوم طويلاً إذا غسلت في دسوة محلول لوكس الوافدة

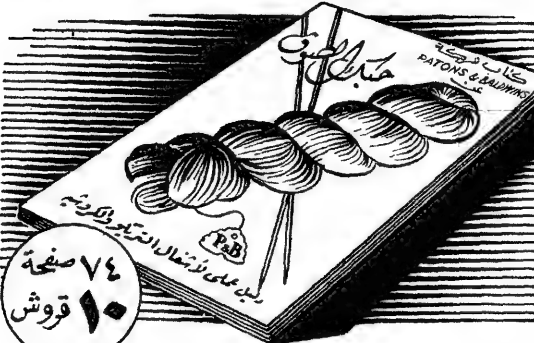
**لوكس** هو المفضل لجميع الملابس الثمينة

C LX - 15-814-50

## ظهر أخيراً

## كتاب "هناك الصوف"

دليل عملي لأشغال التريكو والكروشيه



وهو كتاب ذو قيمة مذهشة، ومن ٧٤ صفحة تحوى لصولاً كاملة ٥٣ صورة من طريقة شغل التريكو والكروشيه، كما تحوى ٤١ نموذجاً مصوراً من أحدث طراز ولتختار الافراض مصعوباً بترح سهل مفصل عن طريقة غفلاً بما يكمن المتقدمات والبتمئات على السواء من صنع أجل وافع ملايس التريكو والكروشيه لانفسهن ولازواجهن والاولاد .

يباع لدى جميع محلات اصواف التريكو ولى المكاتب العامة، وفي حالة تملز الحصول عليه ارسلنى اذن برىء بهترة قروش الى : The Central Agency Ltd., (قسم ١) ص . ب ١٢٦٥ بالقاهرة بصلك الكتاب بروجوع البريد .

تاسم بطبعة ونشره

شركة PATONS & BALDWIN LTD. بانجلترا  
صانعة اصواف برانف وغيرها من اصواف التريكو الشهيرة



ويوجه الشغل كسمى للرقبة والكفتين هكذا : نقصى ٥ غ - اشتغل ٥٣ ع - ٢ ع معا - اتركى هذه الغرز على ابرة اضافية - نقصى ٢٢ غ وسط - اشتغل ع للاخر . استمرى على ال ٦٠ غ الاخيرة هكذا :

نقصى ٥ - اشتغل ٥٣ م - ٢ معا . **السطر التالى :**  
ع : **السطر التالى :** نقصى ٥ غ - ٤٧ م - ٢ معا . **السطر التالى :** ع : استمرى فى التكميم بهذه الطريقة على كل سطر بعد سطر الى أن تنتهى كل الغرز .  
ويظهر الشغل أوصلى الصوف بباقي الغرز واشتغليه م للاخر . ثم اشتغلى كتفا آخر بهذه الكيفية .

## الظاهر

اشتغلنى تماما كما اشتغلت للامام الى أن تنتهى من شغل البنضات . انتقل الى الصوف ق وقسمى للرقبة هكذا : ٧١ ع دورى و اتركى الغرز الباقية على ابرة اضافية . اشتغل بضعة سطور طوالى على ال ٧١ غ الاولى الى أن يصير مقاس حردة الباط ١٥ سم .

ويوجه الشغل كسمى للكتف بأن تنقصى ٥ غ عند بداية السطر التالى والسطور التسعة التالية - سطر بعد سطر - عند حردة الباط . اقفلى باقى الغرز . أوصلى الصوف الى باقى الغرز عند حافة الرقبة واشتغل كما اشتغلت للكتف الاولى .

## التركيب :

اكوى القطع بعناية تحت قطعة قماش مبللة . أوصلى الكتف والجانب وتحت الباط . ويوجه الشغل والصوف ق والابرتين نمرة ١٢ القطى واشتغل ١١٦ غ حول الرقبة اشتغل ٢٥ سم مضلع ٤١-١٠٠ . اقفلى قفلا رخوا بشغل مضلع اشتغل سطر كروشيه مزدوج حول حافة الكمام . وسط آخر كروشيه مزدوج تحت كل من جنبى فتحة الظهر ثم سطر آخر ناحية وجه الشغل .  
اعمل ٤ عراوى - ركبى الازرار - ركبى الترتز فى صدر البولوفر كما هو مبين فى الصورة . اكوى الغياطات .

## بنف النيل فى شئون منزلك

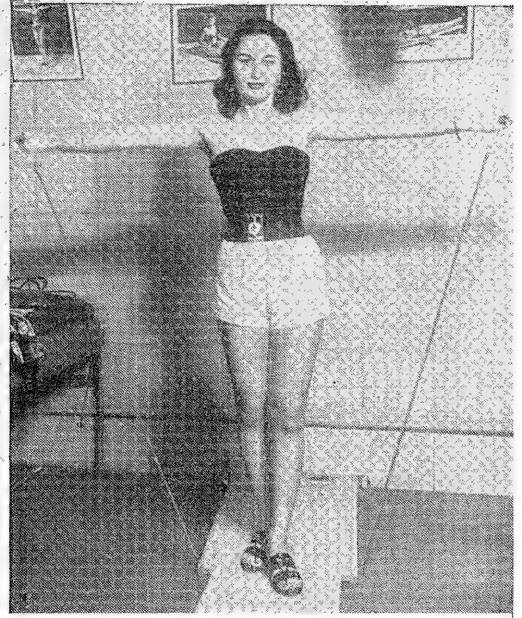
بقية المنشور على ص ٤٧

عليك بعد ذلك بدهن الحذاء وهو رطب بالدهان الابيض ثم اتركه يجف . فرشيه بعد ذلك بفرشاة ذات شعر طويل لتوزيع طبقة الدهان الابيض على الحذاء كله بالتساوى .  
وان كان الحذاء مصنوعاً من الجلد الابيض الشاموا فرشيه وهو جاف بفرشاة من المطاط . ازيلى البقع بالنزبن بعيداً عن النار . ثم امسحيه بالمستحضر الخاص بجلد الشاموا وهو يباع فى محلات بيع الاحذية .

وان كان النعل من الكريب فيجب تنظيفه بفرشاة مغموسة فى ماء وصابون دافىء . جففه بعد ذلك وامسحيه فى المساء بالجلسرين . وفى اليوم التالى جففه ورش عليها شيئاً كثيراً من التالك ، ليدخل بكمية كبيرة فى مسام الكريب فرشيه الان جيداً . لقد عاد الكريب الى لونه الابيض الطبيعى .



١ - قفي منتصبه القامة امسكي بيديك  
المقبض المتصل بالكاوتشوك ثم ارفعي  
ذراعيك جانبا أعلى بقدر الامكان ثم  
ارجعي ذراعيك ببطء مع أخذ شهيق عند  
رفع الزراعين وزفير عند خفضهما \*

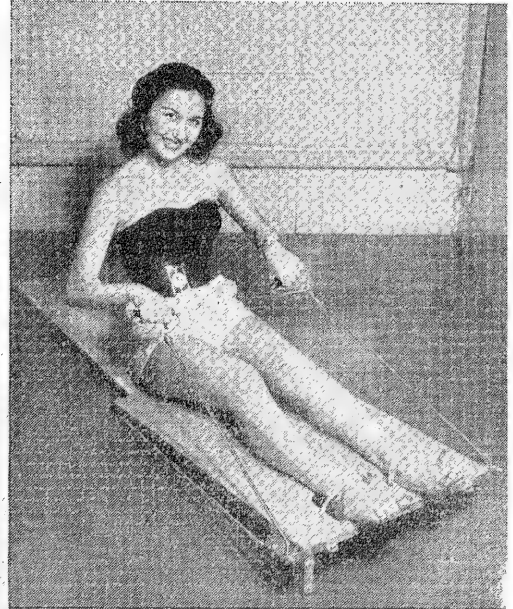


## تمارين بالساند

قامت بهذه  
التمارين الانسة  
صوفي في المعهد  
العلمي للتجميل



٢ - اجلسي على الآلة مع مد ساقيك  
الى الامام وجعل جذعك معتدلا \* ثم  
امسكي بيديك المقبضين واجذيهما اليك  
ببطء حتى يلامسا كتفيك أو خصرك  
ثم ارجعيهما مع فرد الذراعين ببطء \*



شارك نحاس  
يقدم بكل فخر  
الفيديو الاممي اعطاهي



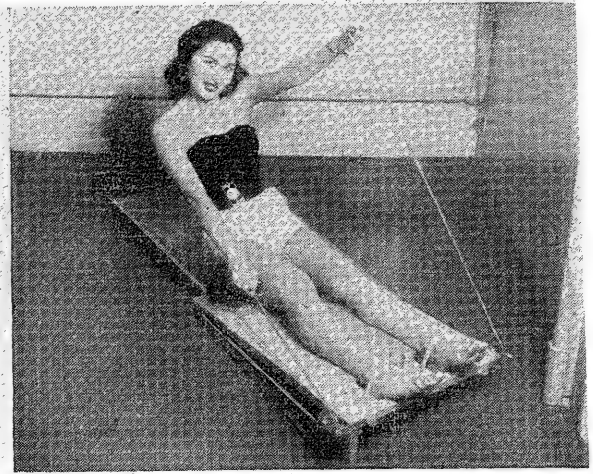
بطولة

زهرة الملا . محمود طيحي . سليمان نجيب  
سعاد مكاري . ماري منيب . محمد التايبي

شكوكو  
افراج عباس كامل

حاليا بينا لوكس وفلوريدا بالقاهرة

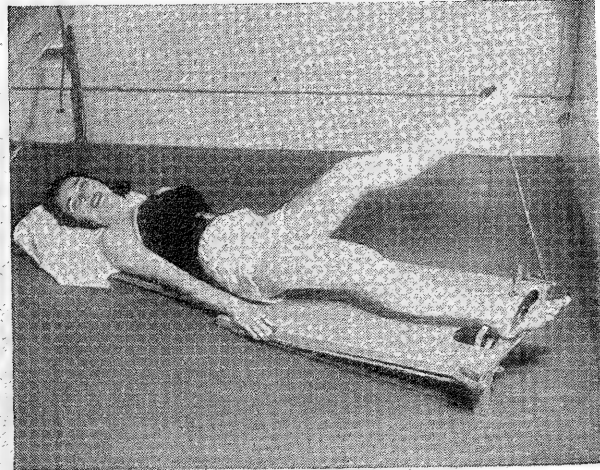
اشتركي في اتحاد  
بنت النيل  
٤٨ شارع قه رالنيل - القاهرة



٣ - وأنت في وضعك السابق ارفعي  
أحد الذراعين الى أعلى والثاني ممدود الى  
الامام ثم غيري وضع الذراعين بالتبادل  
اليمين الى أعلى مرة واليسار مرة أخرى .



٤ - استلقي على ظهرك وضعي قدميك  
في المقبضين ثم ارفعي الساق اليمنى الى  
أعلى واحتضنيهما في أثناء خفضها ارفعي  
الساق اليسرى الى أعلى وهكذا بالتبادل .





للسيد حكمت صبحي

سمك موسى المقلّي

من أصناف السمك الراقية والتي يمكنك تقديمها في ولائك لمنظرها الجميل وطعمها اللذيذ .

المقادير :

كمية من سمك موسى الطازج زيت للتحمير

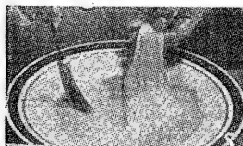
حسب عدد الأكلين .

بيض وقسمات للتغطية ليمون ومقدونس للتجميل

الطريقة :

١ - اغسل السمك وجففيه جيدا ثم اعمل شقا طويلا في السمك من أول الرأس الى الذيل وأبدئي بإخلاء السمكة من عظمة السلسلة العريضة المطلحة مستعملة سكيننا خادا لتخلصي بها السمكة من العظم كل ربع على حده لتحصلي في النهاية على أربع قطع من السمك خالية من العظم .

٢ - ابدئي بعد ذلك بإخلاء كل قطعة من قطع السمك من



الجلد الاسود وذلك بعمل علامة عرضية بالسكين على الذيل مباشرة ثم ضعي قطعة السمك على المنضدة أمامك بشرط أن يكون الجلد لأسفل ثم امسكي طرف الجلد بإبهام وسبابة اليد اليسرى وبإيديك اليمنى ادفعي بالسكين اللحم لاعلى جزء كما هو موضح أمامك بالرسم رقم واحد وبذلك تكونين قد حصلت على قطع من السمك خالية من الجلد .

٣ - تبلي قطع السمك المخيلة بعصير الليمون .

٤ - عند الأكل : اغمسي قطع السمك الواحدة بعد الأخرى في البيض المضروب حتى تغطي جيدا ثم تقمس في البقسماط لتغطي تماما كما هو موضح بشكل ٣ و٢ .

٥ - يقدح الزيت وتحمر فيه قطع السمك حتى يصير لونها ذهبيا كما هو مبين برسم رقم ٤ ثم توضع بعد

صحن اليوم

باميا ويكة بالعدس سلطة خضار

فاكهة

باميا ويكة بالعدس

صنف اقتصادي يحتوي على جميع العناصر الغذائية اللازمة للجسم ووجود سلطة الخضار والفاكهة بجانب هذا الصنف يجعل الأكلة كاملة صحيحة .

المقادير :

١ بصلة كبيرة

ربع رأس ثوم

كزبرة مدقوقة

٢ رطلان باميا

ربع قدح عدس

ملح وفلفل

الطريقة :

١ - اغسل الباميا وقمعيها ثم خريطها بالسكين الى حلقات رفيعة .

٢ - نقى العدس واغسله جيدا ثم اسلقيه مع مقدار من الماء فوق النار الهادئة حتى ينضج تماما وينهرى .

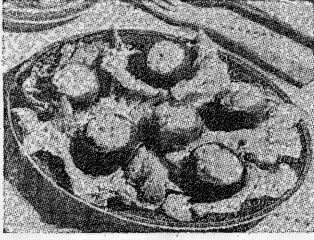
٣ - صفى العدس من مصفاة ويروق مما عسى أن يوجد به من حصي ويضبط قوامه بإضافة الماء اللازم كما في حساء العدس .

٤ - تقشر البصلة وتخرط الى قطع صغيرة رفيعة وتدعك بالملح والفلفل ويضاف الى العدس المصفى السابق ويرفع على النار ليغلي مدة خمس دقائق .

٥ - أضيفي الباميا المخرطة رفيعا وغطى الاناء وأتركي الجميع على النار يغلي وقرب النضج تهدأ النار حتى تنسبك الباميا ثم أضيفي الملح والفلفل اللازم لضبط الطعم .

٦ - بعد تمام النضج يقشر الثوم ويدق مع الكزبرة ثم يحمران في السمن المقدوح ويضافان الى الويكة ويغطى الاناء بسرعة لكتمر رائحة الثوم والكزبرة داخل الاناء .

٧ - عند التقديم تغرف ساخنة في الأطباق العميقة وتقدم .



## فطيرة جوز الهند (البسيسة)

صنف من أصناف الفطائر الحلوة الشرقية وتعرف في الدوائر المنزلية باسم ( البسيسة ) وهي سهلة العمل لذينة الطعم اقتصادية التكاليف .  
على شكل تورته :

### المقادير :

ثلاثة أرباع أقة جوز هند ١ أقة سكر سنترفيش  
مبشور ١ رطل لبن حليب  
ربع أقة دقيق فانيليا

### الطريقة :

١ - أضيفي السكر الى اللبن وقلبيه جيدا حتى يذوب .  
٢ - اخلطي الدقيق بعد نخله بمبشور جوز الهند واعجنيهما باللبن المحلى بالسكر حتى تحصلي على عجينة متوسطة الليونة كمعجينة الكيك .

التحمير فوق ورقة شفاف لامتنصاص الزيت الزائد من التحمير .

٦ - ترص قطع السمك في طبق صيني مستطيل وتزخرف بحلقات من الليمون المقطع والمقدونس وتقدم للاكل ساخنة .

## الطماطم الحشوة بالمايونيز

### المقادير :

١ رطل طماطم جامدة عصير ليمون  
مستديرة ١ كوب من صلصة المايونيز  
١ فنجان من السمك ( سبق شرحها في أعداد المسلوقة كثيرة )

### الطريقة :

١ - اغسل الطماطم وجففها جيدا ثم انزعى قطعة صغيرة من أعلاها وتقرر بخفة جدا لازالة البذور من الداخل ثم توضع مقلوبة فوق الوعاء أى الجزء المفتوح لاسفل وذلك لتصفيتها من أى عصير بها .

٢ - انزعى الجلد من السمك المسلوقة وأزيلي منه الشوك ثم يدهك جيدا داخل سلطانية مع عصير الليمون .

٣ - تعمل صلصة المايونيز بالطريقة التي سبق شرحها في أعداد كثيرة من المجلة ثم اخلطي السمك بجزء منها وأضيفي ما يكفى من الملح والفلفل لضبط الطعم .

٤ - تملأ وحدات الطماطم بالسمك المايونيز السابق ثم تغطى بقليل من صلصة المايونيز لتغطية الحشو أو يترك ظاهرا بدون تغطية بالمايونيز حسب رغبتك .

٥ - ترص الطماطم فوق طبق صيني مسطح وتوضع كل واحدة فوق فرشاة من أوراق الخس كما هو موضح بالرسم .  
٦ - توضع فى التلاجة لحين تقديمها .

نبي

انما جدية بكل اعجاب  
الطهي لا يرسيم المنانة  
أواني حارة

دارك ربيع

الشركة المصرية لصناعة المعادن وشركاه

مليفونابلا لاكتنبية، المكاتب ٢٣٧٢٨ - مخزن البيع ٦٢٩٢ - مصنع ٣٠٨٤٤ تلفون القاهرة مخزن البيع ٥٦٠٨٢

٣ - صبي العجينة في صينية مدهونة جيدا بالسمن ثم تخبز في فرن ساخن حتى تنضج ويحمر الوجه .  
٤ - عندما تبرد تقطع الى مكعبات متوسطة الحجم وترص فوق الاطباق وتقدم مع الشاي أو أى مشروب آخر .

## لعدم فساد البيض

ان كنت تريد ان الاحتفاظ بالبيض أطول مدة ممكنة عليك اتباع احدى هذه الطرق :

١ - امسح كل بيضة بقطنة مغموسة بزيت بذرة الكتان أو بالفازلين النقي . اتركى البيض بعد ذلك يجف على لوح من الخشب ثم غلفى كل بيضة بقطعة من الورق وضعيها فى صندوق .

٢ - اغمسى البيضة لمدة ثانية في حمام برافين . اتركها تجف على لوح من الخشب . غلفيها فى ورقة وضعيها فى صندوق تضعينه فى مكان جاف .

٣ - غلفى البيضة فى المحلول الاتى : سلسيلات الصوديوم ٢ كيلوجرام فوسفات الصوديوم المبلور ٢٠ جم . سكر بودرة ، ٢٠ جم ، حمض كلورديريك ٣٠٠ جم . ماء ٦ لتر ، أذيبى فوسفات الصوديوم فى لترين من الماء . وأذيبى حامض الكلورديريك فى ٤ لتر ماء وامزجى سالييلات الصوديوم مع المحلول المكون من الفوسفات والسكر ثم أضيفى حمض الكلورديريك .

ضعى البيض واحدة واحدة فى هذا المحلول . صفيها بعد ذلك من السائل حتى لا تكون الغلافة ذات طبقة سميكة صفى البيضة بعد ذلك لتجف على ورقة ليسهل نزعها .

ان هذه الطرق الثلاث لتأتى بأحسن النتائج ولكنها تتطلب وقتا طويلا . لذلك فان عددا كبيرا من الناس يفضلون عليها حفظها فى ماء الجير الذى يحضر بالطريقة الآتية : أذيبى فى كمية من الماء تساوى نصف الوعاء الذى ستحفظين فيه البيض كيلو من الجير المطح ١٠٠ بيضة . أضيفى ٦٠ جرام من الملح لكل لتر ماء كي لا تأخذ البيضة طعم الجير . صبى مستحلب الجير على البيض المصفوف فى الوعاء .

كونى اقتصادية واستعملى بهريز العظم فى طهى خضرواتك اليومية مستغنية به عن اللحم فى البهريز كل فائدة اللحم . وعندما ترغبين فى أن تكون مائدتك متعددة الاصناف فقسمى بعمل أى صنف من اصناف اللحوم التى تتروق لك بجانب اصناف الخضر المذكورة فى قائمة اليوم . كذلك اذا رغبت فاستبدلى الفاكهة بأى نوع من انواع الحلوى التى ترغبينها مراعية ملائمتها للوقت الذى تقدم فيه .

## وزارة المعارف العمومية

### الراقية العامة للموسيقى

نظرا لحاجة وزارة المعارف العمومية الى عمليات للموسيقى . تقرر عقد مسابقة موسيقية فى تمام الساعة الثامنة من صباح يوم الثلاثاء الموافق ٩ من سبتمبر سنة ١٩٥٢ والايام التالية بدار المعهد العالى للموسيقى المسرحية ٢٧ شارع الاخشيد بالروضة . فتلوا الراقيات فى دخول هذه المسابقة ان يقدمن طباهن على ورقة تمغة فئة الخمسين

## طعامك فى سبتمبر

### الاثنين ٨ سبتمبر

كفتة الطعمية ، سلطة خضار ، فاكهة

### الاثنين اول سبتمبر

صينية الكوسة بصلصة البشاميل بدون لحم ، مكرونة بصلصة الطماطم سلطة خس ، فاكهة

### الثلاثاء ٩ سبتمبر

سمك مقلى ، كزبرية السمك ، سلطة خضراء ، فاكهة

### الثلاثاء ٢ سبتمبر

طبق ضلحه متنوع بالزيت دمه ، سلطة زبادى ، فاكهة

### الاربعاء ١٠ سبتمبر

لويبا جافة مكورة بدون لحم ، مكرونة اسباجتى ، سلطة زبادى ، فاكهة

### الاربعاء ٣ سبتمبر

لويبا خضراء مكورة ، أرز مفلفل ، سلطة طماطم فاكهة

### الخميس ١١ سبتمبر

باميا مكورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

### الخميس ٤ سبتمبر

صينية البطاطس باللحم سلطة خضار ، فاكهة

### الجمعة ١٢ سبتمبر

صينية باذنجان بالبشاميل ، مكرونة بصلصة الطماطم ، سلطة خضار ، فاكهة

### الجمعة ٥ سبتمبر

لحم بالدمنة ، ملوخية خضراء ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

### السبت ١٣ سبتمبر

باميا ويكه بالعسل ، سلطة طماطم وخيار ، فاكهة

### السبت ٦ سبتمبر

مسقة باذنجان بدون لحم ، مكرونة اسباجتى ، سلطة زبادى ، فاكهة

### الاحد ١٤ سبتمبر

كوسة مكورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

### الاحد ٧ سبتمبر

باميا مكورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

### الاثنين ١٥ سبتمبر

باذنجان مقلى ( جزء منه بصلصة الخل والثوم ) ، سلطة زبادى ، فاكهة



هفك..

## هل يستقبل للتلفزيون ؟

الصور تقسم إلى نحو ٣٠٠٠٠ نقطة ضوئية وأن كل وحدة من هذه الوحدات يجب أن ترسل على حدة أي أنه لا يمكن إرسال أكثر من وحدة واحدة في المرة الواحدة ، أدركنا مقدار السرعة الفائقة التي يستلزمها هذا الإرسال .. وهي نفسها سرعة الضوء التي تقدر بحوالي ٣٣٠٠٠٠ كيلو متر في الثانية .

والأخراج برامج التلفزيون تستخدم بلاتوهات عادية مثل بلاتوهات السينما تماما والعمل في استخراج هذه البرامج يخضع لنفس القواعد التي يخضع لها اخراج الافلام غير انه يجب أن نلاحظ أن برامج التلفزيون تذاع مباشرة أثناء العمل ، كما أنه ليست هناك فرصة لأي من الحال في صناعة الافلام للقيام بعملية المونتاج وهي العملية الضرورية لصقل الفيلم واصلاح اجزائه وربطها بعضها ببعض وعلى ذلك فإن مخرج التلفزيون يجب أن يخرج برنامجا وان يراعى قواعد المونتاج في وقت واحد بحيث يخرج البرنامج مصقولا ومتناسكا فان أقل هفوة ستظهر بجلاء على الشاشة ولذلك يعتبر اخراج برامج التلفزيون من الاعمال المعقدة التي تحتاج إلى مران طويل وإلى فهم دقيق لاسس هذا الفن العظيم .

ولعل هذا هو السبب الرئيسي في استخدام بضع آلات للتصوير عند اخراج برامج التلفزيون .. وفي الواقع طبعاً تصوير برامج التلفزيون على أفلام لعرضها من وقت لآخر على شاشته . وفي هذه الحال تستخدم نفس أفلام السينما من حجم ٣٥ ملميمتر .

وقد أصبح في الوسع أيضا عرض أفلام السينما على شاشة التلفزيون بعد أن تغلبوا على اختلاف سرعة العرض .

محمد عبد القادر المازني

التي تليها وهكذا . وبين عرض كل صورة وأخرى فترة من الظلام لا تلحظها العين ، ومع تتابع عرض الصور على الشاشة بسرعة ٢٤ صورة أو كادرا في الثانية تنشأ الحركة التي نلاحظها . وكل حركة تكون مقسمة إلى أجزاء في عدد معين من الكادرات يختلف باختلاف الحركة ذاتها ..

أما في التلفزيون فان الوحدة في العرض ليست الصورة وانما هي النقطة الضوئية ، وذلك لان صور التلفزيون لا تعرض دفعة واحدة كما هو الحال في السينما أي لا ترسل إلى الشاشة دفعة واحدة وانما تقسم كل صورة إلى عشرات الالاف من النقاط الضوئية

وترسل كل نقطة فيها على حدة إلى جهاز الاستقبال ، فاذا فرضنا مثلا أننا نعرض فيلما بالتلفزيون فان صور الفيلم تمر أمام خلية كهربائية مقسمة إلى ملايين الخلايا الكهربائية وبمر شعاع ضوئي على الصورة أمام هذه الشبكة الضخمة من الخلايا الكهربائية ويخترق كل نقطة فيها فتتحولها الخلية الكهربائية المقابلة لها إلى تيار كهربائي ترسله إلى جهاز الاستقبال وتختلف قوة هذه التيارات الكهربائية باختلاف توهج وحدات الصورة التي يمر عليها الشعاع . ومعنى ذلك أن شبكة الخلايا الكهربائية تحول ظلال الصورة إلى تيارات كهربائية مختلفة القوة كما أسلفنا .

والتلفزيون يعرض بسرعة ٣٠ صورة في الثانية فاذا عرفنا أن كل صورة من هذه

حتى سنة ١٩٥٠ لخسائر ضخمة ولكنها بدأت في العام الماضي تفصل أرباحا تبشر بالخير العميم وتقول الاحصائية التي أذيعت في أوائل شهر مارس الماضي أن خسارة صناعة التلفزيون بلغت ٢٥٣٠٠٠٠ دولار في عام ١٩٤٩ وان هذه الخسارة هبطت في عام ١٩٥٠ إلى ٩٢٠٠٠٠ دولار ولكن سنة ١٩٥١ جاءت بالأرباح التي بلغت ٤٢٦٠٠٠٠ دولار ، فقد بلغ الأيراد العام للصناعة ٣٩٥٠٠٠٠ دولار وهو ضعف دخل عام ١٩٥٠ والبسالم قدره ١٠٥٩٠٠٠٠ أضعاف دخل عام ١٩٤٩ الذي كان لا يزيد على ٣٤٣٠٠٠٠ وقد بلغت النفقات في عام ١٩٥١ مبلغ ١٩٥٩٠٠٠٠ دولار في حين أنها بلغت في عام ١٩٥٠ مبلغ ١١٥١٠٠٠٠ دولار وكانت ٥٩٦٠٠٠٠ دولار في عام ١٩٤٩ .

هكذا بدأت صناعة التلفزيون تنتعش ، فهل سيكون هذا الانتعاش على حساب الافلام ؟

### نظرية التلفزيون :

تنحصر خطورة التلفزيون على السينما في أنه يعرض مثلها صوراً متحركة على الشاشة ، وتستشند هذه الخطورة على التحقيق على مر الأيام وخصوصاً أن التلفزيون نجح في إضافة الألوان وأصبح في وسعه الآن أن يعرض صوره بالألوان الطبيعية !

والمعروف أن وحدة الفيلم هي الصورة أو الكادر وأن هذه الصورة تعرض دفعة واحدة على الشاشة ثم تختفي تماما لتظهر مكانها الصورة

يعتبر التلفزيون أخطر منافس للافلام ، ويكفي لكى تتخيل هذه الخطورة أن تعرف أن إيراد الافلام في أمريكا قد هبط هبوطا كبيرا لا يقل عن أربعين في المائة بالرغم من أن التلفزيون لا يزال في أوائل العقد الثاني من عمره . ولستنا نستغرب أن يحدث مثل هذا التأثير ، فان التلفزيون يقدم لك نفس التسلية التي تسعى إليها دور السينما دون أن يكلفك مجهودا أو مالا ..

تصور نفسك وانت جالس في راحة ودعة بين أفراد أسرته حول جهاز التلفزيون .. كم تساوى هذه الجلسة العائلية الجميلة الوادعة .. التي لن تخسر فيها مليما واحدا .. في حين أنك إذا ذهبت إلى السينما وصحبت أفراد أسرتك معك فأنك ستنفق مبلغا لا بأس به يمكنك أن تحولوه إلى باب آخر من أبواب ميزانيتك .

اننا نحدثك الآن عن المستقبل السعيد .. القريب باذن الله ولكن لا تظن أن مصر متخلفة عن ركب الحضارة . ان عشرات من الممالك - مثل مصر - لا تعرف شيئا عن الاذاعة المنظورة ، وهي مثلنا تماما تترقب وتنتظرونهى نفسها لاستقبال هذا الفن العظيم والتمتع به أسوة بالدول السعيدة التي سبقتها إلى الاستمتاع به .

ولقد تأسس في التلفزيون في أمريكا منذ سنة ١٩٤٠ ويوجد في أنحاء الولايات المتحدة الآن حوالي ١٠٦ محطات تلفزيون . وقد تعرضت شركات التلفزيون

عجاف سدت في وجهه سبل  
العمل والكسب، وقعدت به  
همنته تماما، ولم تفده مهارته  
واناقته ولباقته وانمسا  
وجدها هي... سنية الجميلة  
الساحرة الرقيقة... وجدها  
تجلس امام آلة الحياكة  
تحيك الثياب وتخيطنها  
للنساء والاطفال والرجال  
من اهل الحي لقاء دراهم  
تقيم بها شؤون البيت  
وتحفظ على الزوج رجولته  
وحياته وتأنقه... لقد كانت  
به رحيمة لطيفة،  
ما يستيقظ من نومه الهنيء



## رجل كلارك

حتى يجد ماء الحمام  
الساخن والبخور والقهوة  
المعطرة والفطور المجزى،  
المغذي، والثياب النظيفة  
المكواة... والنقود... أجل  
النقود يحسبها بيده في جيبه  
دون أن تجرح عزة بتناولها  
يدا بيد وانما... يجدها  
هكذا في جيبه... وحين  
يعود من المقهى يجد الطعام  
الذي يشتهي اللحم المشوي  
والمكرونة... طواجن الفريخ  
والحمام... في الظهر وفي  
المساء بعد انتهاء سهرته...  
ولكن... ولكن... ماله يذكر  
هذه الذكريات لامرأة مل  
عشرتها، وسئم جمالها،  
وضاق بحياتها الرتيبة...  
ماله يذكر كل هذا لسنية  
وهو مقبل على حياة أخرى  
أجمل وأبدع وأروع من كل  
ما رأى؟؟ ليدع هذا الماضي  
وليفكر فيما هو آجدي وأنفع  
واكتسب منه الى طربوشه  
القاني تضعه على رأسه  
وتميله الى اليمين في رفق  
وتائق، وأخذ العصا،  
واكمل هندامه... وصار  
في صورته النهائية التي لا  
ترتد عنها العين... انه

في ترضيته... وأرغمته  
الذكرى العابرة على  
استعراض حياته القديمة  
مها... لقد كانت حياة  
جميلة بدعية رائعة تلك  
الحياة التي عاشها مع هذه  
الحسنة الساحرة الدقيقة  
الحجم الفاتنة اللحظ الذهبية  
الصوت والشعر... لقد  
أحبها طفلة ويافعة وشابة  
ولما زوجها أبوها من غندور  
أفندى حاجب المحكمة  
الشرعية أحس يومها بغيره  
شديدة وطفى حبها على قلبه  
فراح يكيد لغندور أفندى  
حتى اليسه بسهولة تهمة  
الرشوة، ففصل وسجن...  
ثم زاد فسعى لتطبيقها منه  
بحكم شرعي... ثم طلق  
زوجته الاولى وأم بنيه، وأتم  
قرائنه بها... وبدأت أيامه  
السعيدة معها واحتاوها في  
بيته زوجة وعشيقة وخادمة  
وأكثر من كل ذلك جميعا  
لقد مرت به أيام عصيبة  
كانت فيها هي الزوج الذي  
ينفق ويعمل ويسعد البيت  
... أيام استحكام البطالة  
وأزمته التي طالت في عام  
١٩٣٠ وما تبعه من أعوام

البراقطين الجمتهاها  
وأخرسنا صوتها العذب عن  
الترتيل الذي كان يسحره  
وبهيره قبل اليوم... وقام  
الى المرأة يلقي نظرة على  
هندامه قبل أن يبرح،  
وامتدت يده الى سبالي شاربه  
الانيق تسويهما... وتشتبهما  
بالكوز ماتيك، وأعجبه -  
كل يوم - هذا الشارب...  
أما هذا البياض الذي دب  
في ثناياه وفي ثنايا شعر  
فوديه، فلم يزعه كثيرا...  
انه ما يزال قويا، ممشوقا،  
أنيقا، حديد البصر، تملؤه  
روح الشباب، ونضرة  
الشباب... ان هذا الشكل  
الذي يرتسم امامه قائما في  
المرأة لا يبعث في نفس رائيه  
على غير الاحترام والاعجاب،  
وارجمه ذلك الى ذكريات  
شبابه القديم، أيام كان  
يحيا مع هذه الحورية  
الجميلة، هائما بحسنها،  
مفتونا برقتها وأنوثتها...  
زوجته سنية... سنيه هذه  
التي بدأيسء اليها ويجفوها  
ويعاملها بغلظة وقسوة من  
شهرين تقريبا رغم اطاعتها  
له، وتوددها اليه، وتفانيها

حينما قدمت له قهوة  
الصباح ووقفت امامه  
تسكبها في القدح الصيني  
الدقيق، كان بخار القهوة  
يمتزج بخدان البخور  
المتصاعد من مجمرتها  
النحاسية الانيقة، فيصنع  
الانثان - بخار القهوة  
ودخان البخور - تصاوير  
لشياطين صغيرة خبيثة  
ناظريه غابئة  
به، ساخرة منه، مبهضة  
اليه هذه القهوة، فتحي عنه  
القدح وهو يقول في غضب:  
هذه عيشة لا تطاق... حتى  
فنجان القهوة لم أعد أستطيع  
تذوقه في هذا الجحيم...  
خذى هذه القهوة... انها  
زفت... انها قطران... انك  
لم تعودى تصلحين للحياة...  
اننى أكاد أختنق في هذا  
المنزل المخروب!...  
وارادت سنية أن تقول  
له: ما للقهوة يا حاج؟ انها  
من صنع يدي... انها نفس  
القهوة التي كانت تعجبك  
وتملأ رأسك دائما!...  
ألا أستطيع أن أعرف سبب  
هذا الانقلاب وذلك الغضب؟  
ولكن عينيه الفاضبتين

شاب أكثر من الشباب .. بالضبط انه على صورة تسحر وتبهج... انه سيلقاها الآن .. المرأة الاخرى ... المرأة التي ستدخله حياة جديدة أجمل وأبدع وأروع من حياته التي عاشها مع سنيه .. سيلقى هذه المرأة الآن .. وسيغزو قلبها ويحطمه ويدكه ثم يقتصد سويدها ويبتلع بجمالها الباهر وراثتها الوافر .. لكن كيف سيفوز قلبها ؟ أى قول هذا ؟ لقد غزاه بالفعل يوم مات زوجها ، بل وقبل موته أيام مرضه واحضاره .. ان ما قام به حينذاك من مجاملات وما لاحظته هي وقدرته له من هذه الجهود والمجاملات وجعلها تحبوه بنظرات ساجية ناعسة لم تكن كلها شكرا خالصا وانما كانت مزوجة بشئ آخر لم يدرك كنهه الا بعد ذلك .. والا بعد ان سمع ما كان يتناقله صبيانه ومساعدوه من أقوالها وامتداحاتها له وذكرها الدائم لمروته ورجولته .. حقاً .. حقاً .. ان هذا الغرور امرأته الوقوع والوجود ، ولم يبق الا اقباله هو وخطو الخطوة الاخيرة .. انه سيخطوها اليوم .. الان .. الان .. وضع غزمه واشتد ورفع رأسه للسما ، وفتح خياشيمه للهواء ، وزم شفقيه في كبرياء ، وحدد بصره الى أمام ، واستدار نحو الباب وهو يقول لسنيه : عندك على البورية قدام المرأة ريال .. وقالت سنيه في صوت عذب حزين : حاضر يا حاج ، تحب ايه النهارده؟ أعمل طاجن حمام بالفريك والا أشوى لحم ضأن ؟ وقال في نفس كبريائه : اعمل هباب .. زفت .. قطران .. ما أعرفش .. ثم هبط السلم وعصاه تنقر نقرات رتيبة ثابتة على درجاته . واستقبل أعضاء

الطريق مسعيدا مسرورا ، وسار يتخطى في ضوء الشمس الساطع وريح العطر تفوح من حواليه .. وحين وصل الى محطة الترام وقف ينتظر الترام .. ثم أتى مزحما ، فلم يركبه خوفا على أنقائه أن تتأثر من زحمة الناس .. وانتظر غيره .. وفي فترة الانتظار هذه عاوده التفكير في المرأة الاخرى المشوذة . غدا ، بعد أن يتم له غزوها وزواجها ، لن ينتظر في محطة الترام هكذا مع الناس وانما سيركب السيارة الانيقة .. سيارتها الفاخرة التي خلفها لها الراحل العظيم طيبا .. طيبا ستكون كل تقلباته وحركاته بالسيارة الفاخرة التي هي بعض من ثروة الزوجة المنتظرة ... السيارة وغير السيارة ، المكتب الفخم مكتب أعمال المرحوم ، والادارة الواسعة ، والمقاولات الضخمة ، والبيوت الكثيرة ثم هي .. هي نفسها أنها كسب قائم بذاته .. لا ولن ينسى بضاعتها وامتلاء جسدها وقصرها كأنها بطة سمينة ثيابه ... فقد شبع وبشم من سنيه الدقيقة النحيفة .. وأقبل الترام غير مزدهم هذه المرة ، قطع أفكاره وحمله الى هناك .. الى الحي الراقي الهادي الذي تسكنه سيدة أحلامه .. المرأة البضة ..

شوق الى التدخين واستحضروا له من مقهى قريب نارجيلة فيها طباخ ردى .. ومع ذلك أحس أنه جميل وبديع ومنعش . ليس في منزل السيدة البضة الممتلئة الموسرة أرملة رئيسه وصديقه المقاول الكبير عليه رحمه الله ؟ وكانت الاحاديث التي خاضها مع الارملة الجميلة ، عذبة وشهية ولذيذة سألته عن حالة العمل . فقال لها : ان الحال جيدة والعمال يوالون عملهم ويؤدونه بحق ومهارة واخلاص . وحديثا عن بقلته ودقته في مراقبة العمل والعمال .. وتشعب الحديث وكثرت مسالكة حتى تعب ومل .. نعم تعب .. رغم لذة الحديث وعذوبته .. انه كلما مضى بالحديث في لياقة وكياسة نحو حلمه السعيد ، كلما رآها تتعبد به في لياقة وكياسة عن الهدف ودلف الى حلمه هذا بجديته لاصق بالعمل فسألها عن المناقصة الاخيرة التي رست عطاءاتها على مكتب المرحوم وأبدى اهتمامه البالغ بها واستعداده للفعل والقيام بمقاييساتها منذ اليوم ، وابتسمت الارملة الجميلة القصيرة وقالت له : أنت مستعجل خالص وتاعب نفسك يا حاج . فقال متحمسا : آه .. أنا عايز أخدم - عايز أشتغل باخلاص .. عايز أخدم بعينيه .. عايزك تقتكري تمام ان المرحوم ما متش .. أنا تمام مكانه وفي محله .. أنا شخصه بالضبط . وقالت القصيرة الممتلئة : ألف شكر لاخلاصك يا حاج . أنا حافضه خالص مجاملاتك وانسانيتك .. ثم ما لبثت أن حولت الحديث لبلابقتها وكياستها عن غرضه المقصود ، فسألته عن ذكرياته في الحجاز حين أرسله المرحوم زوجها على

رأس جماعة من العمال لاتمام أعمال احدى مقاولاته الكبرى هناك . واندفع الرجل الانيق يتحدث في حرارة وتطلق عن ذكرياته وعن سعادته بالطواف كل صباح ومساء حول الكعبة الشريفة ، وعن روعة الحياة قرب البيت العظيم .. وتدق الكهل وبدا ناجدها ورآها فرصة طيبة للتأثير على السيدة الصعبة المثل ..

وأخرجه من لذة الحديث المتدفق الحار . اقبال زائر . فإى زائر هذا .. لقد تأثر الرجل الانيق وبهت واضطربت الالفاظ على لسانه حين وقعت عيناه على هذا الزائر الطارق .. وزاده اضطرابا وهوى شموخه وتعالى ما شاهدته من احتفاء السيدة القصيرة البضة الموسرة بالزائر الشاب . شبابا حقيقيا .. واهتماما به .. انه ذلك المهندس الشاب الذي كان المرحوم زوجها يستعين بفنه وخبرته وثقافته ..

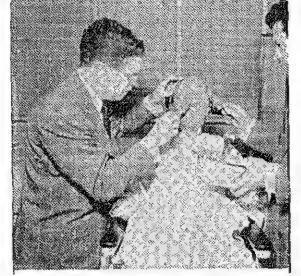
بهت الرجل الكلاسيكي المتأنق حين رأى هذا اللقاء الكريم والاحتفاء الواضح والسرور الشامل ، يقابل بها جميعا هذا الفتى الحدث وجلس على مضض وشارك في الحديث عن كره وبغض .. انها معركة الابد وملحمة الازل .. شيخ وشاب .. لا أكثر ولا أقل . وأحس الكهل المتأنق بانسجاره من أول المعركة وما كان بقاؤه الا تجملا والا حرصا على عمله الذي يأخذ منه لقمة العيش أن يطير كحلمه .. وحين ملا الذهول الرجل وأسكتة طاف بفكره خيال سنيه الجميلة الدقيقة ... ورآها هذه المرة جميلة رائعة تفيض رقة وعذوبة وسحرا وتخليها تروح وتقود في بيتها تعد له الفخم البلدي ولحم الضأن والسفود وقصبة الطباخ الطويلة البقية ص ٦٦



## كيف يصنع الفلم؟

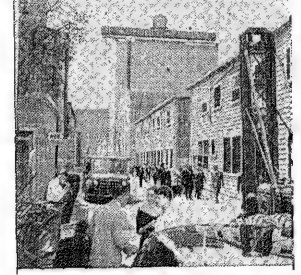


لراسل بنت النيل : ينبغي أن نقول أن هوليوود ليست مدينة واحدة ولكنها عدة مدن متداخلة بعضها في بعض ، ولا نظن أننا نبالغ إذا اعتبرنا الأمر كذلك ، أو ماذا نستطيع أن نسمى تلك الاستوديوهات العظيمة التي شيدت على مساحات شاسعة من الأرض . انها لا تقل في رأيي عن المدن .



وهوليوود جزء من لوس أنجيليس ، وهي تبعد عنها بنحو ثمانية أميال ، وبحوالي عشرة أميال عن الشاطئ . الأمريكي للباسفيك ولذلك يكتب على رسائلها « هوليوود - لوس أنجيليس - كاليفورنيا » .

وهوليوود هي المدينة التي تسخط عليها وتعجب بها في آن واحد . وهي المدينة التي تفر منها ثم تشعر بالرغبة الملحة في العودة إليها ولعلها الوحيدة بين مدن العالم التي تحرك عواطف الإنسان دفعة واحدة . وويل للزائر الغريب الذي يدخلها وهو يتصورها من جنات الخلد ، فانه على الأرجح يخرج منها وقد سخط على العالم بأسره .



# فنانون... مائة في قلوبهم الفن



كنت في طريقى الى دار الاوبرا الملكية ذات مساء ، فى نهاية الموسم الماضى ، فرأيت شخصا يهرول الى المسرح ، وقد اضطربت أنفاسه ويكاد يقع على الارض من « اللخمة » والتعب .



ونظرت نحوه فاذا هو ممثل من ممثلينا القدامى المعروفين ، الذين يقدرهم جمهور المشاهدين تقديرا خاصا ويولونهم كثيرا من تشجيعهم .

سألته :

— مالك يا فلان ، ماذا جرى لك ؟

— لا شيء !

— لماذا تهرول هكذا ؟

— حاجة تفلق وتقل المزاج !

— ما الذى يفلق ؟

— أبقي قاعد اللعب عشرين طاولة .. وبعد اللعب ما يحمى ، يقولوا لى ميعاد

التياترو جه ...

— وبعدين ؟

— زى ما انت شاييف ، قطعت اللعب وجئت جريا « أخبط » لهم الكلمتين وارجع أكمل لعبى ...

— ياسلام !

— بالذمة مش حاجة تفلق صحيح ؟

فقلت له :

— صحيح .. حاجة تفلق !

ومضى فى سبيله الى

المسرح « ليخبط » الكلمتين

كتعبيره حتى يعود مسرعا

الى الطاولة ، ووقفت أنا

لحظة أنظر اليه وأقول :

« صحيح حاجة تفلق ! »

حاجة تفلق ... ان بعض

الفنانين والقنانات المعروفين

عندنا ، والذين يقدرهم

الجمهور والذين تبناهم

المسرح المصرى سنوات طوال ،

يذهبون اليه لاداء أدوارهم

بهذه الصورة المخزية ،

كانهم ذاهبون الى تكليف

سكف أو الى عمل هم

مكروهون عليه !

لقد رأيت بعضهم أيضا

حين يقبلون على « البروفات »

يسيطرون وكأنهم مقبلون على

محاكمة !



وشاهدت بعضا آخر

منهم اذ بدأ توزيع الادوار

فى مسرحية بدأ هروبهم

وتمازضهم خشية أن تسند

اليهم أدوار يؤدونها فى

المسرحية !

وشاهدت بعض كبار

ممثلينا لا يقبلون القيام

بأدوارهم الا بسرعا

واستعطف ...

وشاهدت ممثلا كبيرا اذا

مثل ليلتين متتاليتين فقد صوته ونام بعدها أسبوعين !

شاهدت هذا وغيره

وسألت نفسى فى حيرة :

ماذا جرى للمسرح ؟ وأين

أيام كان الممثلون يتسابقون

الى أخذ الادوار واختيارها

والتمسك بها ؟ أين الايام

التي كان فيها الممثل يحتج

ويحزن اذا لم يسند اليه دور

فى المسرحية ؟



يظهر أن التطهير فى الفن

يلزم أن يشمل هذه الطائفة

من الممثلين أيضا ، الممثلين

الذين تعبوا وشاخوا ولم

تعد لهم قابلية للمسرح ..

هؤلاء العجائز المرضى

المتهربون من الفن ومن

العمل ... يستطيعون

مشكورين أن يلزموا بيوتهم

وأن تجرى الدولة عليهم

شبيتا من خيرها وهم « فى

المعاش » لقاء ماقدموا للفن

فى الماضى من خدمات .

هذا أجدى لهم وللفن

وللناس اجمعين .



واذا كانت هذه الكلمة

تعنى المسرح أصلا ، فانها

تعنى بوجه عام سائر الفنون

الجميلة كالسينما والموسيقى

وغيرها من الفنون التي

ضيعتها المحابة والانانية

والتي يلزم أن يشملها

التطهير السريع من الجهلة

والدخلاء على الفنون ومن

الفاستدين .

وبهذا يستفيد الفن

المصرى من هذه النهضة

الباركة ، ويساير ركبها

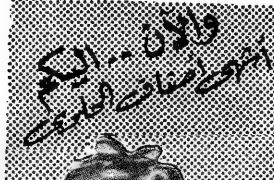
ويعمل مخلصا لتحقيق

غاياتها الكبرى من أجل

مجد هذه البلاد . وأنا

لانتظرون .

يوسف فهمى



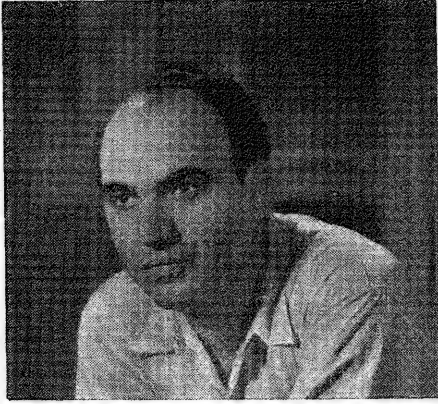
## جيبك

- ملاه مديريه رائج مختلف من الرفاهية مع
- ما تروق من الأثاث
- ناعمة ، غنية القصة ، تروى وترطب .
- نديرة كاذبين كريم
- نيرة ، نيرة ، نيرة
- قائل - شيلو - كرامن
- سيرة - الشهمال - صنف السوا الذهبى
- وشمعا على النار - منى تفلق - ش شيا
- و - كرا - منى نيرة
- اقتصادى للغاية ..



# صلاح أبو سيف

نموذج حي للمخرج المصرى



فكانت عملاً بارعاً مشرفاً  
للفنانين المصريين .

♦ بدأ الانتاج لحسابه  
الخاص بفيلم « لك يوم  
يا ظالم » فكان شيئاً رائعاً،  
وتلاه بفيلم « الاسطى حسن »  
فاكد مقدرته الفنية .

♦ يبدأ قريباً فى انتاج  
واخراج فيلمه الثالث ، وقد  
اختاره قصة اجتماعية حديثة  
ستحدث ضجة فى المجتمع  
المصرى .

♦ تتولى توزيع انتاجه شركة  
أفلام الهلال « زربانيل » .

♦ زوج صالح بار بأولاده .

♦ نموذج حي للمخرج  
المصرى .

♦ بدأ حياته الفنية سنة  
١٩٣٦ بالعمل فى المونتاج  
بستديو مصر ، لكنه كان  
يقراً كثيراً فى كتب السينما  
حتى سافر الى الخارج  
وأجرى دراسته الفنية  
الصحيحة .

♦ كانت بداية أعماله فى  
الاجراج فى أفلام الدعاية  
القصيرة ، فكانت أفلاماً  
ممتازة .

♦ اختاره سستديو مصر  
لاخراج فيلمه الكبير « دايماً  
فى قلبي » ثم كان له حظ  
اخراج كثير من الافلام التى  
تعالج مشكلاتنا الاجتماعية  
والخلقية .

♦ أخرج فى إيطاليا النسخة  
العربية من فيلم « الصقر »

# خلف الكايزر

معاهدة ٣٦ ومنع بعد ذلك  
عرضها لاسباب دبلوماسية  
توطئة لصرف تكاليف  
انتاجها الى أصحابها .

♦ منذ بدأت آن بلاليت  
تمثيلها فى فيلم « الدنيا  
بين أحضانك » وهى تتلقى  
رسائل من المعجبين يطلبون  
الزواج منها ، وقد ردت على  
هذه الرسائل بقولها آسفة  
لانى أفضل العمل على  
الزواج .

♦ انتهى فى هوليوود تصوير  
فيلم طريف عن حياة نجوم  
السينما الصامتة منذ خمسة  
وعشرين عاماً . وقد أعدد  
للمعرض الآن فى مختلف  
أنحاء العالم .

♦ طلبت الجهات المسئولة  
من نقابات الممثلين  
والسينمائيين والموسيقيين  
تطهير وتدعيم نقاباتهم ووضع  
لائحة جديدة وبرنامج اصلاحي  
واضح وذلك توطئة لاصدار  
مرسوم يجعل هذه النقابات  
مهنية بدلاً من كونها نقابات  
عمالية .

♦ أقام الاستاذ محمد حسن  
مدير الفنون الجميلة السابق  
ومستشار الاكاديمية المصرية  
بروما حفلة تكريم للفنانين  
المصريين .

♦ تنوى شركة مترو الاتفاق  
مع القيادة العامة للجيش على  
وضع بعض الدبابات  
والانوار الكاشفة أمام دار  
السينما أثناء عرض فيلم  
« كوفادس » اذ أن قصة  
الفيلم تشبه الى حد كبير  
قصة الملك السابق

♦ كادت الخطوات الاولى  
تنتهى الى الاتفاق بين شركة  
مترو والنجمة فاتن حمامه  
على التمثيل فى أحد أفلامها  
وقد سبق أن أشرنا الى هذا  
الخبر حين أرسلت فاتن  
أجزاء من بعض الافلام التى  
ظهرت فيها فى مصر .

♦ اتخذت بعض الاجراءات  
لتطهير الاوساط الفنية بعد  
المقابلة التى جرت بين  
الاستاذين محمود المليجى  
ويوسف فهمى وبين  
المستولين وقيادة الجيش .  
وينتظر أن تتخذ اجراءات  
أخرى لتحقيق الاستقرار فى  
الاوساط الفنية .

♦ اتفق المخرج السينمائى  
يوسف شاهين مع الممثل  
الامريكى ويليام بنديكس  
ليظهر فى فيلم دولى عن  
مصر يشترك فى تمثيله ممثل  
من كل ١٢ دولة فى العالم  
وسيبدأ العمل فى اخراج  
هذا الفيلم بالقاهرة

♦ يتم فى أكتوبر المقبل  
تسليم « ستوديو نحاس »  
الى الاستاذ يوسف وهبى  
حسب العقد المبرم بينه وبين  
شركائه فى هذه المؤسسة  
السينمائية .

♦ ألقى موسم الفرق الاجنبية  
بدار الاوبرا نهايتها .

♦ بدأت حركة التطهير فى  
نادى السينما ونقابتى  
الممثلين والموسيقيين .

♦ استقال رئيس وأعضاء  
اللجنة العليا لترقية التمثيل  
العربى .

♦ ألغيت انتدابات الموظفين  
المتدربين من مختلف  
الوزارات فى الفرقة المصرية  
والمرح الحديث والمسرح  
الشعبى ومسرح الازبكية .

♦ أبدى بعض المسئولين  
رغبتهم فى أن يكرر الاستاذ  
يوسف وهبى بالعودة الى  
مصر من الخارج ليشترك  
بالرأى فى البحوث التى  
تجرى لرفع مستوى الفنون  
بالبلاذ .

♦ استقال الاستاذ زكى  
طليمات من فرقة المسرح  
الحديث .

♦ بد المسئولون فى تقدير  
أثمان الافلام الوطنية التى  
صرح بتصويرها أثر الفاء

## بنات النيل

## السياسية

## تصدر شهرياً مؤقلاً



# هكذا نخدم الوطن

« السيدة سامية فهمي  
فنانة من الفنانين الذين  
يحافظون على كرامتهم  
ويضعونها في الاعتبار الاول  
وهي هنا تحدثنا عن الفن  
وكيف نرقى به ليرقى معه  
الوطن » .

اتنا على ابواب عهد جديد  
عهد نتمنى ان ترتقى فيه  
وسائل حياتنا ، وتسمو فيه  
اساليب تفكيرنا في كل شيء .  
فلا يجب ان يقتصر الرقي  
على ناحية بعينها بل يجب  
ان يشمل جميع الحياة من  
ماديات وغير ماديات .  
وفي هذه الاونة بالذات  
نتمنى للفن ان يرتفع درجات  
في سماء الرقي حتى يستحق  
التقدير ويتبوأ مكانة تليق  
ببلادنا ذلك لان الفن هو  
المدرسة التي تتخرج فيها  
افواج عديدة من افراد  
الشعب على اختلاف طبقاتهم  
.. واقصد من الفن هنا  
المسرح والسينما فسين  
طريقهما يمكننا ان نسوق  
الى الشعب التعاليم والمبادئ  
التي نريد اعلانها وبيان قيمها  
وبذلك تكون قد خطونا خطوة  
في سبيل تقدم بلدنا وعلى  
هذا فاني لا احب لاهل  
الفن ان يهملوا واجههم ،  
ويعمدوا الى التافه من الافكار  
فيعالجوه بطريقة سقيمة  
تضر ولا تنفع ، اما اذا فعلوا  
هذا فانهم يكونون قد ارتكبوا  
جناية كبرى في حق الوطن  
اذ انهم بذلك يعوقون تقدمه  
ويفسدون مما اصلحه  
المصلحون من اموره .

ولكى يتقدم الفن ويرقى  
معه وطننا يجب ان يحترم  
الفنانون كرامتهم ويضعوها  
في المقام الاول لحياتهم ويهتئوا  
لانفسهم عيشا كريما فلا  
احب للفنان ان يجعل همه  
في الحياة ان ياكل اي شيء  
او ينام في اي مكان بل لابد  
له ان يعيش عيشا هنيئا  
بحيث يحس بالراحة ويشعر

بالطمأنينة وبغير ذلك لن  
يستطيع الفنان ان يقدم  
انتاجا يخدم به وطنه اذ انه  
حينئذ سيكون موزع الفكر  
مشنت البال بين عمله  
ومشاغله الاخرى .

وبالطبع لا يمكن ان تكفل  
الفنان حياة ناعمة هائلة الا  
اذا رفعنا اجره بما يتناسب  
مع كفاءته فنضمن بذلك  
التنافس في سبيل رقي الفن  
وبالتالي رقي الوطن  
وهناك آفة اخرى للفن  
عندنا تجعله لا يجارى التقدم  
الذي يبغيه الوطن ذلك ان  
كثيرا من الفنانين لا يبحثون  
عن الكفاءات وانما يبحثون  
عن اقاربهم واصهارهم ومن  
لا يمتون للفن باى صلة  
اللهم الا انهم وصوليون  
يؤدون الخدمات للفنانين او  
لبعضهم فهؤلاء لا يجب ان  
يسمح لهم بدخول الوسط  
الفني الا اذا كان فيهم موهبة  
وحينئذ لن نمانع في ذلك .  
وزيادة على ما سبق  
لاحظنا ان الممثل عندنا لا  
يهتم بالانسجام مع باقي  
زملائه فيهتم كل واحد  
بدوره وحده دون ان يحاول  
مساعدة زميله اثناء تأدية  
هذا الدور فتبدوا الرواية  
مفككة غير متناسقة فلا  
تؤدي الغرض منها . ولذلك  
ينبغي لكي يرتقى الفن ان  
يكون الممثل بارعا في صمته  
معبرا في تمثيله .

ولكى توجه الحكومة الفن  
لخدمة الوطن لابد لها ان  
تعقد مباريات جديدة للتأليف  
يشجع فيها المؤلفون فيقبلون  
على الانتاج ما داموا يحسون  
انهم سينالون المكافأة اللائقة  
بهم ومن هنا يمكن ان نحصل  
على انتاج نفيس بل يمكننا  
ان نربي ملكة التأليف في  
الادباء الناشئين ويأتي الوقت  
الذي تسمو فيه الافكار  
وترتفع المعاني الى المكان  
اللائق بتقدم وطننا



فريد الأطرش  
يعوكم الى  
شاهدة فيه  
النفاق  
الاستعراضى  
الكبير

عليه الأجر

فريد الأطرش . نور الهدى . ليلى الجزائريه  
سليمان نجيب . سراج منير  
اضلاع احمد بدرخان

عائلا  
سليما اوبرا بالقاهرة ويسمى بالسندي

وزارة الحربية والبحرية  
تقبل عطادات بادارة المفقود  
والمشترى بالوزارة لغاية الساعة  
١٢ من ظهر يوم ١٩٥٢/٩/٨ من  
توريد الملام وخامات اشعة لازمة  
للقسم الطبى الملكى عام ١٩٥٢/٥٢  
ويمكن الحصول على الشروط من  
الادارة المذكورة مقابل مبلغ ٢٥٠  
ملهما يضاف اليه مبلغ ٤٠ ملهما  
اجرة البريد - وتقدم الطلقات على  
ورقة دفعة من فئة الخمسين ملهما  
(٢٢٥٤)

## مصلحة البلديات

تقبل العطادات بمصلحة البلديات  
(بوسته قصر الدوبارة) لغاية ظهر  
١٩٥٢/٩/٨ عن عملية توريد كمية  
الشعر اللازمة لمجالس مديرية  
البحيرة وتطلب الشروط والمواصفات  
من المصلحة على ورقة دفعة فئسة  
الخمسين ملهما مقابل دفع مبلغ  
دفع مبلغ ٢٠٠ ملهم خلاف اجرة  
البريد ، وكل عطاء غير مصحوب  
بتأين قدره ٢ ٪ لا يلتفت اليه  
(٢٢٩٦)

وهناك نقطة اخيرة اود  
ان اوجه اليها اذهان الفنانين  
ذلك ان مصر هي البلد الوحيد  
للاسف الذى لم نجد فيه  
فرقة واحدة تحاول الترفيه  
عن الجنود في معسكراتهم مما  
يعمل على رفع روحهم  
المعنوية ، فى حين ان الكثير  
من الدول قد بلغ شأوا كبيرا  
في هذا المضمار حتى ان  
الفرق الامريكية كانت تصل  
الى اقاصى الشرق في سبيل  
خدمة بنى وطنهم  
وبعد فهذه دعوة صريحة  
لاهل الفن كي يظهروا  
انفسهم ويقبلوا على عهدهم  
الجديد بما يرضى الوطن  
والناس .

سامية فهمي



# بريد النيل



ن . ف . بنى مزاد :

استعمل بتروك هاهن  
وما البحر يسبب جفاف  
الشعر فيستحسن دائما غسل راسك  
بماء العنب بعد خروجك من البحر  
اما بخصوص التسليخات فلا تعرف  
اي نوع من التسليخات تقصد  
امى ناتجة عن المشى ام الاحتكاك  
ام الى شئ آخر . اما الحبوب التى  
فى وجه اختك فى حب الشباب  
فارجى الى مكتبته للقارئة التى  
قبلك .

## بريد المشكلات

سميرة عبد الواحد :

الرياضة الدينية مفيدة جدا  
لمثل حالتك . ان الارق الذى تشكين  
منه نفس . ابتعدى عن شرب  
المنبهات كالقهوة والشاي . خذى  
حماما دائما قبل النوم . اكثرى من  
الزهرات الحلوة بصحبة بعض  
الصدقات واكتبى لنا عن حالتك  
لنطمن عليك .

الحاترة ع . ك . ١٠ :

ان المشكلة ليست فى يدك ولكن  
فى يد ابن خالك . وانت لايستك  
فى حالتك هذه سوى الصبر .

ان هذه الظاهرة ظاهرة اجتماعية  
موجودة فى المجتمع المصرى بسبب  
الظروف القاسية التى يمر بها .  
التسنى العذر لوالدته فهى تريد  
الاحتفاظ بالحقول بسبب ظروف المعيشة  
القاسية ، واكرر لك ماقلته فى  
البداية وهو الصبر .

وعلى كل حال فى امكان ابن  
خالك اذا كان شخصا ذا شخصية  
مستقلة ان يتقدم بطلب يدك .

فاطمة بكري . طنطا :

تشرك ياسميدتي على اهتمامك  
بالجملة وتشجيعك لها . ولنسوف  
تجدى فى هذا العدد بعض ما انت  
بحاجة اليه . اكتبى لنا دائما  
فاننا نرحب بكل ما تشيرين علينا به .

ل . ن . سيف :

لا داعى لهذا القلق . ان الفتيات  
فى سنك يصبن بهذه الحالة . ولكن  
بشئ من الروية وقوة الارادة يمكنك  
اجتياز هذه الازمة بسلام .

ان يصف العلاج الا بعد معرفة  
السبب .

آنسة بالقاهرة بالعناية :

هذا الحب الذى ظهر فى وجهك  
هو غالبا حب الشباب لان له صور  
متعددة ومختلفة ولذا يجب ان  
تعرض نفسك على اخصائى لعلاج  
حب الشباب لانه من المشاكل الهامة  
وقد ثبت ان احسن علاج له الآن  
هو الاشعة الباردة . اما بخصوص  
شورك فاستعمل مشط ذو أسنان  
متباعدة وارجمى الى مقال الشعر  
المنشور بعدد يوليو .

د . م . نجا بالاسكندرية :

ان كنت متأكدة ان ماوجهك  
هو فعلا حسناك وليست نفرة ملونة  
فالغنى الى اخصائى فى التجميل  
لازالة هذه الحسناك ولن تترك  
خلفها اثرا .

الآنسة الهام :

اعرضى نفسك على اخصائى فى  
الغد الصماء بخصوص الشعر اما  
بخصوص الحبوب التى ظهرت فى  
وجهك فهى فى الغالب حب الشباب  
فارجى الى مكتبته ان آنسة  
بالعناية .

عليه ف . نيا :

طلبنا من اخصائية معهد التجميل  
العلمى ان تعد مقالا فى هذا الشأن  
وسنشره فى اقرب فرصة بمجرد  
انتهائها منه .

د . م . شارع الملكة - مصر :

استعملى بتروك هاهن Petrol Hahn  
فقد يساعد شعرك كثيرا  
وامتنع عن غيره من الزيوت مؤقتا

بشرة بالسالية فؤادية :

يمكنك استعمال اى كريم مجفف  
للدهن وذلك قبل النوم وكل الحبوب  
التي فى وجهك ناتجة عن بشرتك  
الدهنية فيستحسن علاجها بالاشعة  
الباردة .

ب . ع . ميت غمر :

قللى من التشويات جدا بل امتنعى  
عنها هي والهنات والانتساول  
سوى اللحوم الحمراء والخضروات  
والفواكه الطازجة ويبدو من وصفك  
ان بشرتك دهنية جدا ولكل حالة  
علاجها فلا تيسامى وبممكن اذا  
استعظمت الحضور الى مصر ان تعرضى  
نفسك على الدكتور الحفناوى ٢٤  
شارع البستان بباب اللوق بجوار  
وزارة الاوقاف وسيمالك بالاشعة  
الباردة فقد اعطت نتائج طبية حالات  
مماثلة لحالتك .

## بريد الرجال

يجيب على هذا البريد الدكتور  
حسن الحفناوى مدرس الامراض  
الجلدية بالقصر العيسى واخصائى  
الجله من امريكا

الطالبة ه . م . المنصورة :

ارجى الى مقال الشعر للدكتور  
الحفناوى بعدد يوليو .

فايزة محمد بنوف :

١) يمكنك بيعها الى احدى  
الكاتب ٢) لاتلجئى لالة الكهربائية  
فهى تضر الجلد اما الرائحة الكريهة  
فهى توجد فى جميع انواع الادوية  
لازالة الشعر (٣) ارجى الى مقال  
للدكتور الحفناوى بعدد يوليو  
واستعمل غسيل Tricofilina اما  
بخصوص حب الشباب فيتوقف  
نوع الكريم الذى يصفه لك الاخصائى  
على نوع بشرة جلدك وعلى نوع حب  
الشباب الذى ظهر عندك وربما  
يلجأ الى علاجك بالاشعة الباردة  
وهى اجدى من هذا كله

قارئة مشتركة بالقاهرة :

هناك طرق حديثة لعلاج هذه  
البقع على حسب نوعها فاعرضى  
نفسك على اخصائى الامراض الجلدية  
ويمكنك الاتصال بالدكتور الحفناوى  
ومعك بنت النيل فسيمالك معاملة  
خاصة وعنوانه ٢٤ شارع البستان  
باب اللوق .

حرم الكباشى م . ع . ف . بالعرش :

اعرضى نفسك على اخصائى  
فى الغد الصماء فان مرضك هذا  
ناتج عن اضطراب فى افرازات هذه  
الغدد ولا تياسى فلكل حالة علاج .

آنسة ا . ع . ك . :

امتنع عن السير فى الشمس  
فان ظهور النمش فى وجهك هو  
حساسية فى جلدك لاشعة الشمس  
ولعلاج يجب استعمال كريمات  
تزيل الطبقات السطحية من البشرة  
وهى التى تحوى المادة الملونة فى  
النمش . ويمكن ازالة هذا النمش  
بواسطة الكهرباء .

الطالبة ح . م . :

اعرضى نفسك على اخصائى لمعرفة  
سبب هذا السمار فقد يكون السبب  
هو نقص فيتامين ا . ج وقد يكون  
نتيجة الاحتكاك المتكرر من وضع  
اليدى على المصعدة وقد يكون  
نتيجة الى شئ ولا يمكن للاخصائى

## بريد النساء

١. الفميرة :  
لرائحة الفم اسباب كثيرة  
وتنصحك قبل كل شئ ان تبادى  
بغرض نفسك على اخصائى فى  
امراض الفم واللثة

ج . ع . شبرا من قارئات بنت النيل:  
لم نستطع مع الاسف ان نخصص  
ما تشكين منه . ونشير عليك  
بالذهاب الى اخصائى فى طب العظام  
واو اننا نعتقد انك قد اصبت بتيار  
هواء

الخلعة لولا :

كيف تهملين نفسك هذا الاحمال؟  
اننا نعتقد انك مصابة بضعف عام  
وتنصحك بان تعرضى نفسك على  
اخصائى فى الامراض الباطنية  
ليفحصك فحصا دقيقا ويصف لك  
العلاج المناسب

ع . ع . ز . السيدة زينب :

لا نستطيع ان نصف لك اى علاج  
على الورق . عودى الى الطبيب  
الذى ذهبت اليه لياثر علاجك  
بانتمام

ع . احمد :

حافظ على صحتك وعلى اعصابك  
وتجنب التفكير فى هذه المسألة .  
وحاول ان تكون دائما مع اصدقائك  
واحلى الوحدة . واشترك فى ناد  
من النوادى الرياضية . اما  
بخصوص السؤال الثانى فلان من  
عرض هذه السيدة على اخصائى فى  
امراض النساء . ويجب عدم الاهمال  
حتى لا يستفحل الداء .

مشتركة بشبرا :

١) لابد من التنفيذ الصناعية  
ولكن عليك قبل كل شئ باستشارة  
طبيب اخصائى فى امراض الاطفال  
٢) يجب المبادرة بعرض عينيك على  
اخصائى ليصف لك المرحم المانع  
لسقوط الرموش ٣) اعرضى اختك  
على اخصائى فى امراض الفسود  
ليعمل على تنظيم افرازاتها

## جامعة فاروق الاول - ادارة المخازن

تقبل عطايات بادارة جامعة فاروق  
الاول بشارع الكنيسة الانجليزية  
رقم ٦ ببولكلى رمل الاسكندرية  
لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم الاحد  
٢٨ سبتمبر سنة ١٩٥٢ عن توريد  
الاغذية اللازمة لمطاعم الجامعة لعام  
١٩٥٢/٥٣ ، ويمكن الحصول على  
الشروط مقابل مبلغ مائة وخمسين  
ملما يضاف اليه مبلغ خمسين  
ملما اجسرة البريد . وتقدم  
الطلاب على ورقة دفعة من ثثة  
الخمسين ملما . (٢٤١٨)

**حرم أحمد يونس • دمل الاسكندرية :**  
لا تلتقي ياسيديتي على طلسك  
فان بعض الاطفال يتأخرون في النطق  
**س.ع.ع. عبد اللطيف :**  
ابتعدى عن هذا الشاب الذى  
يلاوك •

**مارى يوسف :**  
قرأت مشكلتك وأخشى أن تكونى  
مصابة بالهرم • فان ماتشكيت منه  
لا يعتبر مشكلة بأى حال من  
الاحوال • لم لاتساعدين والدتك  
فى تنظيم المنزل ولم لاتشتركين  
فى احدى الجمعيات الخيرية ؟ حاول  
أن تدرسى لغة أجنبية فانك تضررين  
بذلك عصفورين بجحر واحد •

**ع. محمد يوسف :**  
اتركى هذه المسألة الآن • انها  
لا تستحق كل هذا الاهتمام منك •  
دعى الوقت فهو كليل بعلها •  
**الأنسة ل. حسن بالسيدة زينب :**  
نصحك يا أنسى بأن تحاولى  
الاندماج مع بعض صديقاتك وأن  
تتركى جو العزلة الذى نرجس  
سيطرته عليك • كذلك نرجح وجود  
نقص عندك فى الكالسيوم ولذا يجب  
عليك تعاطى اقراص الكالسيوم  
بعد استشارة الطبيب

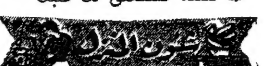
**أ.س.س. سوريا دمشق :**  
نرجو منك كتابة خطاب الى مدير  
ادارة النشاط الثقافى والاجتماعى  
بوزارة المعارف بالقاهرة • ميدان  
لاظ ولا غلى عبارة التماسين •  
واشرحى فيه حالتك بجيبوك الى ما  
تطلبين

**القائمة ع.م.أ. - طنطا :**  
هناك ضرر ولا شك ... وهذا  
الضرر له شأنان : شق نفسانى وهذا  
ظاهر من خطايك وشق آخر جثمانى  
... فلربما اصابك مرض خطير من  
جراه ذلك وهناك اقراص خاصة  
بذلك اسألى الطبيب بذلك عليها

**طالب بالبنيا :**  
حولنا خطايك الى مكتب العمل  
ونأمل أن نشارك عما قريب بما  
تصبو اليه

**ج. مكاول بالاسكندرية :**  
نعمتكم بأن القصص قد وصلت  
وستعمل على نشر الصالح منها فى  
أقرب فرصة

**مظلومة :**  
أن ما تطلبين به معقول •  
وسنبحث من الناحية الشرعية هل  
هو مقبول أم لا ... فاذا انفتحت  
وجهة نظرك مع الشرع وهذا هو  
كما نعتقد فسنحقق لك طلبك



اوسلت بعض القارئات تستفسر  
عن دروس التفصيل بالراسلة من  
مجلات ميشو وقد اتصلنا به فقال  
بانه لم يعد الى الان دورسا بالراسلة  
ولكن كل الدروس تؤخذ شخصيا •  
وهو يقوم الان باعداد دروس  
للمراسلة سينتهى من اعدادها خلال  
شهر الى الاكثر وعند انتهائه من  
وضعها سنشير اليها بالجله •

**القائمة ف.م. بالجزيرة :**  
لازالة هذه البقع لتستعمل عجينة  
مكونة من كربونات المانيزيا والانيز  
بنسبة متساوية ويجب وضع قطعة  
من النشاف تحت البقعة من الناحية  
الآخرى من القماش وتترك العجينة  
لتجف فوق البقع وتزال بعد ذلك  
بالفرشاة ويستحسن غسل الفستان  
بعد نزع الكلفة من عليه

**الأنسة س. حجاب بالاسكندرية :**  
**يمكنك ارسال طلبك يا أنسى**  
**فاكتبي عنوانك واضحا**  
**يمكنك ارسال طلبك يا أنسى**  
**فاكتبي عنوانك واضحا**  
**أ.م. بنى سويف :**  
انتظرى كتاب الطهى للسيدة  
حكمت صبحى فهو يجمع كل ما  
تطلبينه وسيظهر قريبا بإذن الله  
**ب. محمد كامل بالجزيرة :**  
سنشتر طريقة غسل شراب  
السوييا فى القريب العاجل بإذن  
الله



**يجيب على هذا البريد اخصائية**  
**المساج من لندن المشرفة على**  
**معهد السيدات الرياضى**

**ن.ا.ا. (بور سعيد) :**  
امتنعنى عن التنبؤات الى حد  
كبير وقللى من الدهنيات واستعصى  
عنها بالحجم الحمرء والخضروات  
الطازجة وقوى بقسط من الرياضة  
لاحراق الشحم الذى يجسمك ثم  
اعرضى نفسك على معهد السيدات  
الرياضى لعمل مساج للمناطق التى  
بها سمنة غير عادية •

**فايزة مصطفى ( اسكندرية ) :**  
الجنى الى عمل رجيم وقللى من ملح  
الطعام كلما أمكن ذلك ولا تكثرى من  
شرب الماء وقوى بالاعاب الرياضية  
واذا نقص وزنك بشكل ظاهر ولم  
ينقص صمدك فلاداعى لعمل مساج  
فى المعهد ولكن الجنى الى جراح  
تجميل

**البانسة الحزينة اوفالساكناني :**  
لاداعى لياىس لهذه السنة لاشك  
تزول اذا وضع لك رجيم بواسطة  
أخصائى ويمكنك أن تعرضى نفسك  
على أخصائى معهد السيدات الرياضى  
٢٦ شارع حسن باشا صبرى  
خلف محطة بنزين شسل بالزمالك  
ومعك بنك النيل فترقب لك تمرينات  
رياضية خاصة وربما تستدعى حالتك  
عمل حمامات بخار وعلى العموم  
فى ستعامل معاملة خاصة •

**س.ف. :**  
اذا كانت حالتك كما تقولين  
فلاداعى للذهاب الى معهد السيدات  
لان الوزن لاينقص نتيجة للطرق  
المختلفة من رجيم ومشى ورياضة  
وعقاقير طبية لابد أن يكون مسببا

من مرضى فى القدد الصماء فأعرضى  
نفسك على أخصائى فى هذه القدد •  
**مرفت .. بالقى :**  
اعرضى حالتك على أخصائية  
معهد السيدات الرياضى ومعك  
بنك النيل وستعتمد بها كثيرا  
وستقوم بارشادك الى بعض أنواع  
الرياضة وعمل مساج لهذا الجزء  
من جسك •

**سامية فهمى جمعة - الخليفة**  
**الجديدة مصر :**

اذا اعتيكت التمرينات فامتنعنى  
عنها واستعمل مقويات مثل الحديد  
والكينا والفيتامينات • أما تمرينات  
الوضع فابدئها بعد تحسين حالتك  
الصحية وتقوية دمك أى بمعد  
الاربعمى على الاقل أما نوع هذه  
التمرينات فاذا سمحت الظروف  
فسنشتر بعضها فى بنت النيل  
وان كان من الافضل الاتصال  
بأخصائية معهد السيدات وستدلك  
على التمرينات الملائمة لك بالذات •

**طالبة بالفنون الجميلة بالزمالك :**  
ذلكى سابقك ببوردة التلك كل  
يوم من أعلى الى أسفل وكذلك يديك  
وان كان هذا التدليك لابد أن يكون  
بواسطة أخصائى يعرف مواضع  
العضلات المختلفة وطريقة تدليك

كل منها فذلك افضل كثيرا وحتى  
يمكن أيضا أن تعرفى التمرينات  
التي لابد من ممارستها •  
**مشتركة فى لبنان :**

أرسل خطابا الى أخصائية معهد  
السيدات الرياضى ٢٦ شارع حسن  
باشا صبرى بالزمالك بالقاهرة  
واشرحى فيه جيدا حالتك وحالة  
اختك مع ذكر كل تمرينات رياضية  
سبق أن قمت بها واكل علاج زاولتية •

**ن.ج.ج. باسيوط :**

تاكدى يا أنسى أن أى علاج  
لن يجدى معك الا اذا تمتعت بروح  
نفسية عالية فلا تيسأى أبدا •  
وأخصائية معهد السيدات تحب  
بمعانئك وهي تقول انه يمكنك  
الاتصال بها فى أى وقت تشائين  
بالبريد • أما اذا اردت الذهاب  
بنفسك فلابد من موعد سابق •

**ف.ع. :**

الانكار من أى شئ مضر حتى ولو  
كان هذا الشئ ناعما ففصحيتى لك  
الاعتدال فى كل شئ حتى تمريناتك  
الرياضية لاتزاوليها الى حد الاجهاد •  
أما بخصوص تنحيف قدمك فيلزعم  
عمل مساج ونحسج نكادون انه  
سيفيدك كثيرا •

**تدقيقوا الحياة**  
**بما كملتم**  
**الكلجات**  
**الطازجة**

**شاهيات**  
**لهوت بويت**

**بيت جمال الكونيك ليدكا**

**اوتوكسيد والريشاد**

**الشاهية من قبال الشاهية**  
**السكندرية ١١ شارع النيل ١٠٨٩**

## رجل كلاسيك

بقية المنشور على ص ٥٩

## هل زوجك أب مثالي ؟

- ان أردت أن تعرف ان كان زوجك أباً مثالياً أم لا عليك أن توجهي له هذه الاسئلة .
- ١ - هل تتحمل الضوضاء ؟
  - ٢ - هل تعتقد أنه لا داعي لأن يبكك ابنك قبل أن يذهب الى مخدعه ، ان كان قد تجاوز العاشرة من عمره .
  - ٣ - هل تحترم نوم أطفالك ؟
  - ٤ - هل لا تعطى أولادك مصروفهم الخاص ؟
  - ٥ - هل تحاول الاتصال بأسانديتهم ؟
  - ٦ - هل تحسن استقبال أصدقائهم ؟
  - ٧ - هل يخافك أولادك ؟
  - ٨ - هل تتشاجر مع زوجتك أمامهم ؟
  - ٩ - هل تحاول تقويم الموج فيهم دون الالتجاء للضرب والابذاء ؟
  - ١٠ - هل ما زالوا يقضون أظفارهم ويمصون أصابعهم ويبللون فراشهم مع أنهم قد جاوزوا سن الطفولة ؟
  - ١١ - هل يعرفون الحد الذي عليهم ألا يتجاوزوه في مزاحهم معك ؟
  - ١٢ - هل يخفون عليك درجاتهم الرديئة التي نالوها في المدرسة ؟
  - ١٣ - هل تضحي بمزاجك في سبيل يوم أجازة تقضيه معهم .
  - ١٤ - هل تمتنع من أن تشرح لهم بعض أسرار الحياة ؟
  - ١٥ - هل تدربهم على الشعور بالمسئولية منذ نعومة أظفارهم ؟

### الاجابة الصحيحة

الاجابة المثالية : نعم على الاسئلة الفردية ، لا على الاسئلة الزوجية . اعط نفسك درجة واحدة على السؤال الصحيح . فان حصلت على مجموع ١٢ فأكثر كنت أباً ممتازاً . وان نلت من ٨ الى ١١ فانت ممتاز أيضاً ولكن صبرك محدود . فان بلغ من مجموع درجاتك ٧ فلا تعجب ان كان أولادك يفضلون أمهم عليك .

### بني وطني الاعزاء

بعد أن طال انتظاركم لانتاجي الجديد ، وبعد أن مضت مدة طويلة في كفاح شاق ، مع العهد الذي مضى بآثامه وفساده . راجيا أن يسمح بعرض فيلمي « ليلة القدر » ويسقط الاستعمار ، فلم ينفع الرجاء ، وما يزال هذان الفيلمان سجينين حتى الآن .

سألتاكم يا شعب مصر الحبيب مع أبطال فيلمي الجديد « البيت السعيد » بدار سينما النصر والليدو ورويال بالقاهرة وسينما ريتس وركس بالإسكندرية .

فلكم تحياتي حتى نلتقي معا في حفلات العيد السعيد ، اعدام الله على الوطن المفدى باليمن والاسعاد .

حسين صدقي

والدخان المعسل . . وتضع  
القلل في المشربة تلمس  
فوق رؤوسها أعطيتها  
النحاسية الصفراء كالتيجان  
.. وكسا وجهه ابتسام  
هادئ لهذه الاخيلة وتلك  
الرؤى التي هي من نفس  
عالم الواقع الذي يحيا فيه  
ويتبطر عليه . . انها ابتسامة  
الرضا بواقع الحال قد  
غمرته وجعلته لا يحس  
بالضربة القاضية في معركة  
الشباب والشيوخ  
تسدها نحوه المرأة البضة  
القصيرة المثلثة بقولها :  
انشاء الله يا حاج تكون أول  
المخلصين لعل بك لانه صار  
صاحب الامر والنهي . . .  
وقال الرجل : هه ؟ هه . .  
وازدادت ضحكة المرأة

المثلكه وقالت : حضرتك  
يظهر معرفتش ان على بك  
خلاص انتهى . . وهايكثب  
كتابه على باذن الله الليلة . .  
طبعا حضرتك موافق . . .  
مش كده ؟ . . وبلغ الرجل  
ريقه بصعوبة واضحه  
واضطر اضطرارا للحديث  
فقال بصوت مبجوح : مبارك  
ان شاء الله . . ولم يقو على  
البقاء فاستأذن وخرج وحين  
نزل الى الطريق لم يحس  
بهزيمته تلك قدر احساسه  
بالجوع وتشوقه الى شواء  
سنية وطباقا . . وقهوته  
المضبوطة ذات البن المزوج  
بالقرنفل والحبان والمستكي  
و . . وصوته العذب المتهافف  
الساحر . .

محمد طلبة رزق

## امتحني معلوماتك

بقية المنشور على ص ٩

### الاجابة الصحيحة

- ١ - موقعة ابو قير
- ٢ - لم تكن متزوجة
- ٣ - كاترين الثانية
- ٤ - مقاطعة هانوفر
- ٥ - الملكة جوليانا

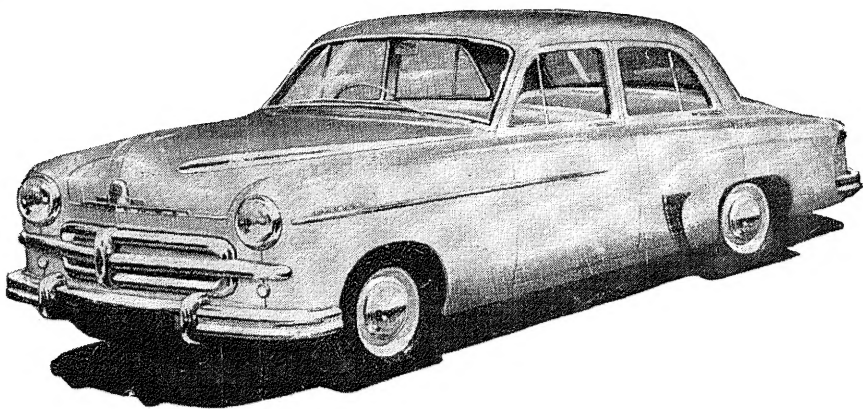
## الاصبع المنحرف

بقية المنشور على ص ١٣

قطعة من الجسد بسمك  
نصف سم في الحذاء من  
الداخل بالعرض وراء قواعد  
الاصابع ، وذلك يكون  
بأمر الطبيب المختص ؟  
أما اذا حدث التهاب ،  
فعليك بحمامات ماء ساخن  
للقدم ، واستعمال البنسلين

واراحة القدم راحة تامة حتى  
يذهب التهاب ثم تعرضين  
نفسك على الطبيب المختص  
ليقرر العلاج بالجبيرة أو  
بعملية اذا كانت الحالة  
قديمة . ولعلاج الكالو وحده  
فيمكن استعمال مرهم  
ساليسيلك . .

# فوكس هول ١٩٥٢



جديدة في كل شيء  
رشقة . منسمة . مريحة . اقتصادية  
تقرض حاليًا والتسليم فورًا  
موظفة خدمة فنية كاملة يديرها مهندسون أكفاء

مفضل مصر الجديدة

توكيل  
أولزمويل - فوكس هول . جميل المطيعي ٦٢٢٣٨





S.P.M.O.

معبأة بالشركة الوطنية لصنع المشروبات الغازية في القاهرة